

KARLOVA
UNIVERZITA V PRAZE
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra tělesné výchovy

**Specifikace futsalu z pohledu rozdílů hry
mezi fotbalem a futsalem**

Specification of futsal by the differences in futsal and football

Bakalářská práce

Vedoucí práce: PaedDr. Ladislav Pokorný

Autor práce: Ondřej Kysela

Praha 2009

Stud. obor: TV - ZSV

Bibliografický záznam:

KYSELA, Ondřej. *Specifikace futsalu z pohledu rozdílů hry ve futsalu a fotbalu*. Praha: Karlova Univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra Tělesné výchovy, 2009. 60s. Vedoucí bakalářské práce PaedDr. Ladislav Pokorný

Anotace:

Bakalářská práce „*Specifikace futsalu z pohledu rozdílů hry*“ se zabývá novým dynamicky se rozvíjejícím sportem, a to futsalem. V práci bude podrobně zpracována teoretická část jako historie a pravidla obou sportů dále také charakteristika futsalového tréninku. V druhé půli práce díky dotazníku můžeme posoudit náročnost obou sportů a adaptaci hráčů na futsal nebo fotbal.

Annotation:

The bachelor thesis "Futsal specification from point of view of sport differences" deals with a new dynamic developing sport respectively futsal. The theoretic part - respectively history and rules of both of sports and also characteristics of futsal training will be processed in the bachelor thesis. Thanks to the questionnaire we can consider intensity (demand factor) of the both of sports and players' adaptation.

Klíčová slova:

Futsal, fotbal, futsalový trénink, taktika ve futsalu, futsalová pravidla, herní posty

Keywords:

Futsal, football, futsal training, tactics of futsal, futsal rules

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracoval samostatně a použil jen uvedené prameny a literaturu. Současně dávám svolení k tomu, aby tato bakalářská práce byla umístěna v Ústřední knihovně Pedagogické fakulty a používána ke studijním účelům.

V Praze dne 25.dubna 2009

Poděkování

Na tomto místě bych rád poděkoval vedoucímu bakalářské práce PaedDr. Ladislavovi Pokornému za cenné rady a připomínky při jejím vypracování.

OBSAH

ÚVOD.....	7
1 HISTORIE A CHARAKTERISTIKA FOTBALU A FUTSALU.....	9
1.1 Fotbal.....	9
1.2 Futsal.....	14
2 POROVNÁNÍ PRAVIDEL.....	17
2.1 Pravidla fotbalu.....	17
2.2 Pravidla futsalu.....	25
3 TRÉNINKOVÝ PROCES A PŘÍPRAVA VE FUTSALE.....	34
3.1 Kondiční příprava.....	35
3.2 Technické dovednosti.....	38
3.3 Taktika ve futsalu.....	42
4 HYPOTÉZY.....	47
5 VÝZKUMNÁ ČÁST.....	48
5.1 Metody výzkumu a postup práce.....	48
5.2 Výsledky výzkumu.....	49
6 DISKUZE.....	54
7. ZÁVĚRY.....	57
Použitá literatura.....	58
Přílohy.....	60

ÚVOD

Jako téma své bakalářské práce jsem si vybral: *Specifikace futsalu z pohledu rozdílů hry ve futsalu a fotbalu*.

V práci se pokusím zhodnotit své dlouholeté zkušenosti z obou těchto sportů, kdy futsal hraji stále na krajské úrovni a fotbal jsem hrál mnoho let v mladších věkových kategoriích. Tyto praktické zkušenosti spojím s teoretickými základy z literatury.

Cílem mé práce je seznámit laickou veřejnost a ostatní čtenáře s mladým, dynamicky se rozvíjejícím sportem, který se nazývá futsal, který je velmi často veřejností, ale i fotbalovými „odborníky“ spojován a brán jako jeden sport s fotbalem, což je dle mého názoru obrovská chyba a škoda. Je pravda, že tyto sporty mají společný základ, avšak postupem času se z futsalu stal odlišný a prakticky úplně jiný sport. Proto je třeba s hráči pracovat v tréninkovém procesu odlišným způsobem.

V teoretické části nejprve shrnu historii obou sportů, dále dopodrobna popíši pravidla futsalu a fotbalu a zaměřím se na jejich rozdíly. Nakonec jak jsem již naznačil, se budu zabývat tréninkovým procesem futsalových hráčů a to z pohledu kondice, techniky a taktiky.

V experimentální části práce se zaměřím na myšlenku, kvůli které jsem si práci zvolil. Jestliže jsou tyto sporty podle veřejnosti prakticky stejné, tak se pokusím potvrdit nebo vyvrátit, zda-li hráč fotbalu na vrcholové úrovni může hrát futsal na stejné úrovni jako fotbal a naopak. Nakonec zde budu interpretovat názor profesionálního trenéra na oba sporty.

Název: Specifikace futsalu z pohledu rozdílů hry ve futsalu a fotbalu

Problémy práce

- Existují zásadní odlišnosti futsalu a fotbalu z pohledu pravidel?
- Je hráč futsalu schopen plnohodnotné adaptace do fotbalového týmu a naopak?
- Jsou hráči futsalu specializováni na herní posty podobně jako hráči fotbalu?

Cíle práce:

Cílem bakalářské je charakterizovat futsal z pohledu základních rozdílů hry ve futsalu a fotbalu z pohledu pravidel, dále postihnout společný základ obou těchto míčových her v závislosti na způsobech adaptace hráčů futsalu a fotbalu vzájemně a specifikace herních postů u obou těchto sportovních her.

Úkoly teoretické části

- Zpracovat doporučenou a dostupnou literaturu z oblasti fotbalu.
- Zpracovat doporučenou a dostupnou literaturu z oblasti futsalu.
- Podat ucelený přehled dané problematiky.

Cíle experimentální části

- Zjistit, zda existují zásadní rozdíly v pravidlech futsalu a fotbalu.
- Zjistit, zda existuje možnost adaptace futsalistů na fotbal a naopak
- Zjistit, zda existuje specializace hráčů futsalu na určitých postech

1 HISTORIE A CHARAKTERISTIKA FOTBALU A FUTSALU

1.1 FOTBAL

1.1.1 Historie

Fotbal jako hra, kde se praktikuje umění ovládat kulatý míč nohou má svou bohatou a daleko do minulosti sahající historii. Dnes rozlišujeme dvě hlavní období fotbalu a to prapůvodní podobu fotbalu a moderní podobu.

O prapůvodním fotbalu máme dochovaná písemná svědectví již ze starých evropských i mimoevropských kultur, z dob Ježíše Krista a dále pak celými novodobými dějinami. Ze starých vykopávek je dnes naprosto jisté, že primitivní formu této hry provozovali již Egypťané téměř 2000 let př. n. l. a také byla oblíbena u Mayů a Aztéků. [Votík]

První dochovaná přesná pravidla hry, která se již vzdáleně podobala fotbalu, se jmenovala "Ts uh Kuh" a měla by pocházet z dob 3. století př. n. l. Jednalo se o hru provozovanou čínskými vojáky, kde hlavním úkolem bylo nohama dopravit kožený míč do koše podobnému dnešnímu basketbalovému. Jako míč zde sloužila kožená koule vyplněná vlasy a ptačími pery.

"Kemari" byl název hry, přibližující nám další prvopočátky fotbalu, avšak tentokrát se jednalo o Japonskou hru, která měla náboženský a kultovní charakter. Hrála se okolo let 500 - 600 n. l. a jelikož v této oblasti světa bylo bráno slunce jako něco božského, tak ho míč v této hře představoval a zároveň uctíval. Podoba hry byla jednoduchá, hráči stáli v kruhu a jejich snahou bylo udržet míč ladnými pohyby nohou ve vzduchu.

Hry podobné fotbalu se samozřejmě hráli i v tehdejší kolébce umění a kultury, tzn. v antickém Řecku a v římském impériu. V Řecku se jednalo o hru "episkyros", v Římě o "harpastum" a "calico". Opět se jednalo především o zábavu členů armády, tudíž v rámci svých tažení a výbojů přinesli Římané tyto hry s sebou do Británie, kde se začala rýsovat samostatná a velmi důležitá historie toho sportu.

Do Británie byl fotbal přinesen kolem 9. století n. l. a hned po jeho uvedení začal neskutečný rozmach, který nebral konce. Lidé se do hry tak vžili a vložili do ní takovou vášeň, že spíše než k nějakým velkým sportovním výkonům docházelo především k hrubým násilnostem a výtržnostem. Problém bylo, že se z fotbalu stával takový fenomén, že mladí díky němu zanedbávali studium, staří své pracovní povinnosti a nakonec celé vesnice a městečka bývala zaneprázdněna "prestižními " duely proti jiným, že už to bylo neúnosné. Důsledkem bylo, že ve 14. a 15. století se starosta Londýna a angličtí a skotští králové se fotbal pokusili několikrát fotbal zakázat, avšak již v té době se tato hra stala fenoménem, tudíž tyto jejich podněty vždy vyšly na prázdno. [Bauer]

Toto byla stručná historie prapůvodní podoby fotbalu a nyní se začneme věnovat moderní podobě této hry. V literatuře se tato doba nazývá fotbalovým "novověkem" a je brána jako zrod fotbalu takového jako jej dnes známe. Díky novým technologickým aspektům můžeme tuto dobu velmi přesně poznat, protože se zachovaly velmi přesné záznamy.

Kolébku moderní formy fotbalu je Anglie, kde jak jsem se již zmiňoval, měl obrovskou tradici. Důležitým zlomem se stalo to, že se míčové hry podobné fotbalu staly součástí výchovy a studia na školách. Hraním fotbalu byly známy například školy v Etonu, Harrowu, Winchesteru a především v Rugby, kde dr. Thomas Arnold sestavil první závazná pravidla. Podle tohoto města vznikla samostatná a v dnešní době velice oblíbená modifikace fotbalu - rugby. Rugby bylo svým způsobem předchůdcem fotbalu a to hlavně v tom, že se již hrálo s moderním míčem a v moderní obuvi avšak zde byly změny oproti fotbalu hlavně v tom, že zde měli hráči povoleno dotýkat se míče rukou (dnes je umožněno v tomto sportu míč libovolně přenášet v rukou). Toto bylo zpočátku povoleno i ve fotbale a to hlavně z důvodu špatné technické zdatnosti a připravenosti hráčů, která se samozřejmě postupem času zlepšovala. Nakonec se od tohoto pravidla absolutně upustilo. [Votík]

Největší krok nastal roku 1863, kdy se 26. října po dlouhých debatách domluvilo jedenáct londýnských klubů a škol v hospodě zvané „Free Mason's Tavern" na založení vlastní a tím pádem první světové asociace fotbalu, která se jmenovala „Football Association". Do 8. prosince 1863 zde působily i školy

z Rugby, které se tento den oddělily a založily si vlastní svaz. V této době se začal fotbal bouřlivě vyvíjet a to hlavně proto, že již roku 1875 se konalo první pohárové mistrovství, kterého se účastnilo 50 fotbalových klubů. Dalším mezníkem se stalo první mezistátní utkání mezi Anglií a Skotskem, které se konalo 30. listopadu 1872 v Glasgow a nakonec skončilo remízou 0:0. V roce 1878 se konalo první utkání při umělém osvětlení, které přiblížilo fotbal širší veřejnosti. Díky tomu, se mohl čas utkání posunout do pozdějších hodin, které vyhovovaly především pracujícím lidem.

Velmi zvláštní byla situace mezinárodní, protože první mimoanglický klub vznikl v roce 1878, tedy až po patnácti letech aktivního fungování klubů na ostrovech, v německém městě Hannover. Odtud se fotbal šířil dál do střední Evropy a ostatních zemí.

V roce 1882 došlo k založení mezinárodní komise neboli International board, která funguje dodnes jako nejvyšší instance při rozhodování sporů v oblasti pravidel hry.

Nakonec jsou důležité dva mezinárodní mezníky fotbalu, a to jako první vznik prvních mimo anglických národních týmů - Holandsko 1889, Dánsko 1889, Skotsko 1873, Wales 1875 a Irsko 1880. Jako druhý mezník lze stanovit rok 1885, kdy se v Anglii stal fotbal profesionálním sportem a každý si jistě dokáže představit, jak rychle se tento trend šířil do ostatních zemí a národních svazů. [Bauer]

Velmi zajímavé je, že vývoj fotbalu ve světě se neubíral pouze jedním směrem a to směrem „klasického-evropského" fotbalu, jak jej známe v našich zemích, avšak například v Americe se modifikoval v „Americký fotbal", který má sice podobnou podstatu v tom, že se hraje míčem, na brány, avšak míč není kulatý a hráč může míč libovolně nosit v rukou. [Votík]

Historie a vývoj českého fotbalu

Dle literatury se uvádí jako první zápas v kopané na našem území střet mezi kluby ČAC Roudnice nad Labem a Sokol Roudnice nad Labem 28. září 1887 na Lobkowicově ostrově v Roudnici nad Labem. Zajímavostí je, že toto utkání vedl

jako rozhodčí princ z Lobkowic. Zmínky o fotbalu u nás jsou však ještě o dva roky starší, kde vznikly fotbalové kluby v Praze.

Mezi nejvýznamnější a nejstarší kluby u nás patří obě slavná pražská „S“ tedy AC Sparta Praha a SK Slavia Praha, kdy prvním sportovním klubem byla Sparta Praha. Za zmínku stojí vznik Slavie Praha, protože byla založena původně z Literárního a řečnického spolku, který se následně rozpadl a zbytek příznivců započal s hraním fotbalu.

První fotbalovou soutěž v Čechách uspořádal Český Sculling Cercle Praha v roce 1896 za účasti čtyř týmů - AC Praha, AC Slavia, AC Sparta, ČFK Kickers). První mezinárodní utkání se sehrálo 8. 1. 1899 v Praze a střetla se mužstva Slavia a Berlin a téhož již ten stejný rok startoval poprvé na našem území celek z Anglie, což bylo pro náš fotbal sportovním svátkem. Tehdy přijel tým z Oxfordu a vysoce zvítězil.

Na jaře roku 1901 byl ustanoven jako řídicí orgán českého fotbalu Český svaz Fotbalový (ČSF), který byl schválen podle řádných stanov. V roce 1906 byl český fotbal přijat do mezinárodní organizace FIFA avšak o pár let později došlo v našem svazu k rozkolu a tudíž i k vyloučení z této organizace. K opětovnému přijetí došlo v roce 1923 na kongresu v Ženevě a členy této organizace jsme dodnes. Velmi složité období pro tento sport bylo období meziválečné a poválečné. Jak to bylo v této době pravidlem, byl sport velmi propojen s politikou země. Politická moc země využívala sportovních úspěchů sportovců k její propagandě, pokud národní tým vyhrával, bylo vše v pořádku. Jestliže to bylo naopak, neštila se využít věznic či nějakých pracovních táborů pro neúspěšné sportovce.

Po revoluci v roce 1989 došlo k vytvoření Československé fotbalové asociace a nakonec po rozpadu federace došlo i k oddělení národních svazů. V roce 1993 vznikl tedy řídicí orgán českého fotbalu Českomoravský fotbalový svaz, který působí až dodnes. [Bauer]

1.1.2 Charakteristika

Fotbal je sportovní, týmová, branková hra a patří u nás i ve světě k nejoblíbenějším hrám vůbec. Cílem každého ze dvou družstev, které proti sobě

v utkání nastupují, je dosáhnout předmětem, tj. míčem, branky (gólu) podle pravidel. Družstvo, které dá více branek, je vítězem.

Fotbal je, co se týče zatížení velmi náročný sport. Velikost samotného zatížení hráče je dáno velikostí hřiště a je určován množstvím herních činností jednotlivce s míčem i bez míče, množstvím herních kombinací a standardních situací, ale nakonec vlastně i z hlediska, jestli se hráč zaměřuje na obranu nebo útočnou fázi hry. Zatížená je charakterizováno jako střídání maximální, submaximální, střední a mírné intenzity. Tato intenzita je samozřejmě také ovlivňována psychicky podle toho jakou „úroveň“ má soupeř a hlavně tím, jak se hráč zapojuje do určitých herních situací. (Pataki, 2005)

Nyní si ukážeme, že zatížení ve fotbale na rozdíl od fútsalu velmi záleží na postu, který hráč hraje. Pro představu střední záložník, který je ze všech hráčů nejvíce zatížen, tak ve vypjatém utkání naběhá průměrně 9 - 13 km, průměrně běží 160x vpřed, 29x vzad a 32x stranou, provede 123 startů, 19 výskoků, 14 pádů atd. Z celkové hodnoty uběhnutých kilometrů absolvuje zhruba 4800 - 5200 m chůzí, 3100 - 3700 m klusem, 2200 - 2800 m rychlým během a 900 - 1300 m sprintem. Toto jsou čísla vrcholového fotbalisty na nejvytíženějším postu, na kterých jsem chtěl dokázat, že zatížení hráčů fotbalu je enormní. (Janás)

Zatížení v utkání rozvíjí především vytrvalost v rychlosti, výbušnou sílu dolních končetin a koordinaci, převažuje aerobní energetická přeměna nad anaerobní. Ztráta hmotnosti při utkání činí 1-3 kg. Průměrná tepová frekvence se pohybuje níže než u futsalových hráčů a to v rozmezí 165- 175 tepů za minutu.

Nakonec bych zde zmínil psychickou stránku fotbalu, která se stále více stává náročnější, jelikož každý hráč má na řešení nějaké vzniklé situace méně času i méně prostoru. Hráč musí pohotově reagovat na neustále se měnící situace, a ještě k tomu se rozhodovat, jestli situaci vyřeší sám a nebo s nějakým z jeho deseti spoluhráčů. (Pataki, 2005)

1.2 FUTSAL

1.2.1 Historie

Z historiografického hlediska má futsal, díky podobným herním a dalším charakteristikám, určitou část historie společnou s jinými formami malé kopané. Ovšem v jednom okamžiku nastal rozkol, který vedl tyto sporty odlišnými cestami. Z toho důvodu jsou zpočátku některá data společná například se sálovým fotbalem-futsalem, tudíž by se dalo říct, že futsal FIFA (na který se v této práci zaměřujeme) je určitě institucionálně mladší sportovní odvětví než sálový fotbal-futsal.

Počátky malých forem kopané sahají do roku 1930, z tohoto data je vidět, že se jedná o velmi mladou podobu fotbalu. V tomto roce se v uruguayském Montevideu pokusil zdárně sestavit pravidla pro pět hráčů v poli školní učitel tělesné výchovy Juan Carlos Ceriani, který je napsal pro utkání mládeže z YMCA-Young Men's Christian Association. Byla to první pravidla, která upravovala absolutní podstatu nově vzniklé hry. Hrál pět hráčů v družstvu (tedy 4+1) na basketbalovém hřišti bez postraních mantinelů, s míčem s tlumeným odrazem (v dnešní době známým jako futsalový míč) o velikosti ženského míče na házenou.

Poté co Ceriani vdechl nové hře život, stala se záhy neskutečně populární, dokázala opustit školní prostory a začala se hrát prakticky všude, kde bylo alespoň trochu prostoru. Hra se stala populární v celé Jižní Americe a především v Brazílii, kde se rodí nejlepší fotbalisti světa a to podle mnoha českých i světových odborníků hlavně z důvodu, že začínali na futsale. Pro příklad futsalovou „výchovou“ prošli např. Pelé, Zico, Socrates, Bebeto, Ronaldo, Ronaldinho, Kaká aj., kteří vlastně své technické dovednosti rozvinuli právě hraním futsalu.

V Evropě se hra začala prosazovat v 60. letech minulého století a to z přirozeného důvodu. V této době se v maximální míře provozoval zaoceánské plavby, kde bylo převáženo téměř cokoliv. tak se touto cestou do Evropy dostal i nový sport z Jižní Ameriky.

(Kopal, 2008, Kresta 2009)

V padesátých letech minulého století vznikali v Jižní Americe národní federace sálové kopané a v roce 1971 byla v brazilském Sao Paulu ustanovena

V dnešní době se fútsal rozrostl do takové velikosti, že se hraje od základních po vysoké školy a jeho základna činí něco kolem dvou milionů registrovaných člen.

Nyní opět nahlédneme do vývoje fútsalu u nás. Jak jsem již psal v předchozích odstavcích, tak se knám dostala sálová kopaná roku 1974 z Uruguaye. V našich zeměpisných šířkách se pro ni ujal název „líný míč. Avšak u nás se již v té době hrála jiná modifikace této hry, která byla nazvána *malá kopaná* a hrála se v počtu hráčů 5+1 zatímco zatím co sálová kopaná se hrála v počtu 4+1. Malá kopaná je pro nás velmi důležitá, protože se z ní poté odštěpila větev, která se nazvala *malým fotbalem* a vlastně popravdě řečeno je to již futsal, jen s jiným názvem. Hrál se v počtu pěti hráčů, byl pod patronací organizace FIFA, poté samozřejmě pod organizací UEFA a se stejnými pravidly se hraje dodnes.

Nakonec pro zajímavost, malá kopaná, se u nás hraje také do dnešní doby a většina laické populace jí zná pod názvem Hanspaulská liga neboli „Hanspaulka". Tato liga měla svůj první oficiální ročník v roce 1971 a dodnes se těší obrovské oblibě i přesto, že je to absolutně amatérská liga. Důkazem je to, že se jí účastní téměř 800 týmů.

(Kresta 2009)

1.2.2 Charakteristika

Futsal FIFA je sportovní kolektivní hra brankového typu. Cílem každého ze dvou družstev, které proti sobě sobě v utkání nastupují, je dosáhnout předmětem, tj. míčem, branky (gólu) podle pravidel. Družstvo, které dá více branek, je vítězem. Takovouto definici uvádí některé zdroje (Kresta 2009)

nyní se podíváme na fútsal z hlediska charakteristiky výkonnostní. Futsal dříve hráli hráči, kteří již fyzicky nestačili na velký fotbal nebo již překročili věk únosný pro jeho zvládnutí, tak se tradovalo, že futsal je pomalá, technická hra Tyto doby jsou již dávno pryč. Futsal je velmi dynamická, rychlostní hra a jeho dnešní pojetí vystihuje hlavní trojice dovedností „rychlost - technika - taktika". Tudíž můžeme říci, že je to také hra velmi komplexní a aby se kdokoliv mohl stát úspěšným futsalistou, tak si musí absolutně osvojit tyto hodnoty. Je to hra velmi líbivá na

pohled, protože jsou zde zakázány skluzy (nebo podle posledních změn pravidel se mohou malé skluzy, avšak pouze zepředu a pouze na balon) a jakékoliv jiné surové zákroky. Specifikum futsalové hry tvoří hlavně rychlostně - silové činnosti s míčem i bez něj, které musí být využívány po celou dobu utkání. Když se podíváme na hru, tak sebelepší zvládnutí taktických pokynů se hráč neobejde bez maximálně rozvinutých pohybových schopností s obrovskou koordinací pohybů.

Jsou zde jiné pohybové stereotypy než na velkém fotbale kde je vidět absolutní pohybová komplexnost (neboli se zde vyskytuje kompletní škála pohybů). Ve futsale je neustálý pohyb na přední části chodidla neboli sportovní terminologií „na špičkách" při soubojích jeden na jednoho pro okamžitou možnost reakce na pohyb soupeře, rozdílný postoj při zpracování míče, jiný pohyb nohou při pohybu do stran a velké množství klamavých pohybů s výbušnými starty atd. Z dlouhodobých pozorování utkání vyplývá, že hráč překoná v utkání kolem 2 - 3 km, běží vpřed v průměru 90x, vzad 23x a 16x stranou, provede zhruba ,80 startů, 12 výskoků a 8 pádů.

Pro futsal je charakteristická rozmanitost a nepravidelné tempo pohybů a přesunů. Pohybová činnost, jejíž intenzita se stupňuje a která se provádí na malých vzdálenostech obsahuje velký počet změn v tempu, jako jsou krátké sprinty, krátké starty s důrazem na maximální zrychlení. (Janás)

Zatížení v utkání rozvíjí především výbušnou sílu svalů dolních končetin a koordinaci, avšak na rozdíl od fotbalu převažuje anaerobní energetická přeměna na aerobní. Tepová frekvence hráčů futsalu je také vyšší a to průměrně 170 - 180 tepů za minutu. (Pataki, 2005)

Závěrem je nutno říci, že obrovským rozdílem oproti fotbalu je délka reakční doby hráčů futsalu, která je mnohem menší než u hráčů fotbalu. Na tuto schopnost je kladen obrovský důraz, protože se vše odehrává na menším hřišti, tudíž je na všechno méně času a musí být vše přesnější, jelikož jakákoliv chyba se trestá.

2 POROVNÁNÍ PRAVIDEL

2.1 PRAVIDLA FOTBALU

S dějinami fotbalu, lze sledovat i tvorbu pravidel. S délkou fotbalových dějin prodělala tvorba pravidel obrovský boom. V současné době zahrnují fotbalová

pravidla sedmnáct základních pravidel, která platí kromě některých výjimek již několik desítek let. (Bauer, 2005)

Hrací plocha

- tvar hřiště musí odpovídat obdélníku (obr. 1)
- ideální rozměry hřiště: 70 m šířka (minimálně 45 m, maximálně 90 m)
105 m délka (minimálně 90 m, maximálně 120 m)
- v každé polovině hřiště jsou vymezena branková, pokutová a rohová území
- okolo středu hřiště je vymezen středový kruh o poloměru 9,15 m
- všechny možné hranice na hrací ploše jsou vyznačeny čarami. Tyto čáry musí být 12 cm široké a ve všech rozích hřiště musí k tomu být minimálně 150 cm vysoké praporky
- základní výbavou jsou branky sestávající z dvou svislých tyčí a jednoho vodorovného břevna. Tyče a břevna mohou být kulaté, oválné nebo hranaté avšak vždy musí mít šířku 10 - 12 cm. Rozměry brány jsou 7,32 m výška a 2,44 m šířka (Votík, 2003)
- povrch hrací plochy je buď tráva nebo v dnešní době se velmi prosazující umělá tráva. Ta se používá s částech světa, kde je velmi náročné klima neumožňující růst kvalitního trávníku (Rusko).
- hrací plocha musí být samozřejmě rovná

(Kollath, 2006)

Míč

- míč musí mít tvar koule
- velikost číslo 5 neboli musí mít obvod v rozmezí 68 - 71 cm
- váha míče činí 396 - 453 g

- natlakován musí být míč na 0,6 - 1 atmosféru
- míč pro mládež musí mít obvod 63 - 66 cm a váhu 350 - 390 g

(Kollath, 2006)

Počet hráčů

- v každém týmu smí být na hrací ploše při zápase pouze 11 hráčů, z čehož jeden z nich je gólman
- za jedno utkání mohou být vystřídáni pouze 3 hráči (samozřejmě včetně brankáře), při přátelském utkání může být vystřídáno až 5 hráčů
- výměna brankáře a hráče v poli může být provedena pouze po předchozím upozornění čarového rozhodčího a hlavně při přerušení hry

Povinná výstroj

- dres, trenky, chrániče holení, stulpny (které je překrývají)
- vybavení hráče nesmí obsahovat žádný prvek, který by mohl ohrozit jeho samotného nebo někoho jiného - například prstýnky, řetízky, náušnice, sádra apod.
- chrániče nohou neboli holenní chrániče jsou povinné
- obuv: kopačky, na kterých jsou kolíky pro lepší pohybování na hrací ploše, kolíky mohou být kožené, gumové, plastové nebo hliníkové. Musí mít minimálně předepsaný průměr avšak nesmí mít průměr větší než 19 mm
- každé družstvo má stejnou sadu dresů, která je odliší
- brankář musí mít jiný dres než hráči v poli, mimo černou barvu, která je vyhrazena pro rozhodčí

Doba hry

- zápas se hraje na dva poločasy, pokud se oba týmy nedomluví jinak

- na konci každého poločasu se musí vždy nahradit ztracený čas, který uteče například při ošetřování zranění, střídání apod. Tento čas dále nazýváme *nastavený čas*
- jeden poločas trvá 45 minut, tudíž celý zápas bez nastavení trvá 90 minut
- délka zápasu se liší jak v mužském a ženském fotbalu, tak i podle toho v jaké věkové kategorii se hraje (viz. Tabulka, Bauer, 2005)
- pokud potřebujeme rozhodnout o vítězi, nastavuje se dvakrát 15 minut (v dnešní době se již nehraje na zlatý gól) a pokud se i zde nerozhodne, tak rozhodčí nařídí pokutové kopy

Dosažení branky

- branky neboli gólu je dosaženo tehdy, jestliže míč úplně přejde brankovou čáru mezi brankovými tyčemi a brankovým břevnem
- útočící družstvo před vstřelením branky nesmí porušit jakékoliv pravidlo
- mužstvo, které v průběhu zápasu vstřelí více branek vítězí
- pokud nedojde ke vstřelení žádné branky nebo obě družstva vstřel stejný počet branek, pak hra skončila nerozhodně a jedná se o remízu

Zahájení hry

- hra je zahájena výkopem
- k zahájení výkopu musí vždy dát pokyn rozhodčí píšťalkou
- před zahájením utkání rozhodčí vždy přizve do středu hrací plochy kapitány družstev k losování. Losování se provádí vždy mincí. Stranu mince si zvolí kapitán hostujícího družstva Kapitán mužstva, který vyhrál los, si vybere polovinu hrací plochy
- výkop pak provede jeden z hráčů soupeřova družstva
- míč je ve hře pokud se po dotyku nohy hráče pohne směrem dopředu
- přímo z výkopu může být dosaženo branky

- výkop se provádí i v poločase po výměně stran a při prodloužení po poločase, provádí ho druhé mužstvo než na začátku hry

(Bauer, 2005)

Ofsajd (viz.obr)

- toto pravidlo se zdá jako nejdůležitější z pohledu rozlišení fotbalu a ostatních forem fotbalu, protože se vyskytuje pouze zde
- zde jsou při zápasech asi nejspornější situace, která jsou pro čárové rozhodčí velmi těžké pro posouzení
- hráč je v ofsajdové pozici, je-li blíže k soupeřově brankové čáře než míč a než **předposlední** hráč soupeře (předposlední proto, že jako poslední hráč se bere brankář soupeřova týmu)
- hráč není v ofsajdové pozici jestliže:
 - o je na vlastní polovině hrací plochy
 - o je ve stejné vzdálenosti od soupeřovy brankové čáry jako poslední dva hráči soupeře
- přestupky proti ofsajdovému pravidlu se trestají nepřímým kopem
- v dnešní době se hodně používá pravidlo mrtvého ofsajdu. Toto nastane tehdy, když se útočník při útočné akci pohybuje za hranicí ofsajdu, avšak svou činností nijak neovlivňuje hru (tzn. že nepřijde do kontaktu s míčem). Tato modifikace je pro rozhodčí velmi těžká na posouzení, nebo spíše těžší než samotné pravidlo ofsajdu
- dále se zmíníme, kdy nebude hráč potrestán za ofsajd:
 - o dostane-li míč přímo z výkopu od branky
 - o dostane-li míč přímo z vhazování
 - o dostane-li míč přímo z rohového kopu

Zakázaná hra a nesportovní chování

Jedno znej důležitějších pravidel. Zde rozhodčí nastaví pomyslnou laťku, podle které bude zápas probíhat. Jestli hra bude tvrdá a tím pádem bude rozhodčí hru pouštět a naopak. Hlavně se jedná o velmi důležité praktické pravidlo. Porušení tohoto pravidla se trestá:

Přímý volný kop

Hlavní charakteristikou je, že při provedení přímého volného kopu lze přímo vstřelit branku, přičemž se nemusí míče dotknout žádný jiný hráč než vykopávající. Při tomto kopu nesmí žádný hráč protivníkova družstva stát od míče ve vzdálenosti kratší než je 9,15 m. Při provedení musí být míč v klidu a ve hře je poté, co se ho dotkne kopající hráč, který se může následně míče dotknout až po odehrání jiného hráče v poli. Jestliže soupeřovi hráči nebudou dodržovat předepsanou vzdálenost od míče, může je rozhodčí napomenout žlutou kartou a volný kop nechá opakovat.

Přímý volný kop ve prospěch soupeřova mužstva nařídí rozhodčí tehdy, když se hráč z nedbalosti, bezohledně nebo s nepřiměřeným tělesným nasazením na hrací ploše a v době, kdy je míč ve hře, dopustí některého z přestupků:

- o kopnutí nebo pokus o kopnutí soupeře
- o podražení nebo pokus o podražení soupeře
- o skočení na soupeře
- o vražení do soupeře
- o udeření nebo pokus o udeření soupeře
- o strčení do soupeře
- o plivnutí na soupeře
- o úmyslné zahrání míče rukou
- o odebrání míče skluzem, když první trefí soupeře a ne míč

V dnešním fotbale se u většiny přestupků trestá již pokus o provedení. Pokud se hráč bránícího mužstva dopustí některého z vyjmenovaných přestupků ve svém pokutovém území, pak je nařízen pokutový kop bez ohledu na to, na kterém místě hrací plochy se zrovna nacházel míč.

Nepřímý volný kop

Nepřímým volným kopem lze vstřelit branku pouze za předpokladu, že se míče dotkne ještě jiný hráč než vykopávající (je jedno, jestli to bude spoluhráč nebo protihráč). Nepřímý kop signalizuje rozhodčí zvednutou paží s otevřenou dlaní. Ostatní charakteristiky viz. Přímý volný kop.

Nepřímý volný kop se nařizuje tehdy, když se **brankář** dopustí jedno z těchto přestupků:

- o drží míč v rukou déle než šest sekund
- o rukama se míče znovu dotkne poté, co se jej zbavil a mezitím se jej nedotkl jiný hráč
- o dotkne se míče rukou poté, co mu jej úmyslně nohou přihrál spoluhráč

Další variantou je, že se hráč v poli dopustí jednoho z těchto přestupků:

- o hraje nebezpečným způsobem
- o znemožňuje brankáři, který má míč ve svém držení, aby se ho zbavil

[Bauer]

Žlutá karta

Rozhodčí musí hráče napomenout žlutou kartou, když se dopustí přestupků opakovaně nebo s velkou intenzitou či krutostí. Dále jí musí udělit, jestliže se hráč chová nesportovně, opakovaně porušuje pravidla, zdržuje navázání hry. Také když nedodrží předepsanou vzdálenost při provádění volného nebo rohového kopu.

Červená karta

Červená karta vlastně znamená vyloučení hráče z hrací plochy, a ten musí i následně opustit okolí hřiště tím, že odejde do šaten. Rozhodčí může vyloučit hráče zajezen z následujících přestupků: surová hra, hrubé nesportovní chování, plivnutí na soupeře či jiného činovníka, zabránění dosažení branky nebo zmaření zjevné šance dostat se k brance úmyslným zahráním rukou, destruktivní faule, urážlivé projevy a nakonec pokud je hráč podruhé napomenut žlutou kartou. (Votík, 2003)

Hlavní rozhodčí

Rozhodčí je delegovaná osoba od fotbalového svazu, která by měla dohlížet na průběh zápasu. Se svými asistenty musí dohlížet na dodržování pravidel, a jejich porušování by měl trestat předepsanými sankcemi. Od trestů by měl rozhodčí upustit tehdy, když je přesvědčen, že by pomohly mužstvu, která porušuje pravidla. Další zodpovědností hlavního rozhodčího je zapisovat si přestupky, hlídat čas a vždy na konci poločasu nastavit promeškanou dobu.

Hlavní rozhodčí má právo kdykoliv přerušit nebo zastavit hru kvůli porušení pravidel, špatnému počasí, nepřiměřenému chování diváků i z jiných důvodů, samozřejmě tyto důvody musí být adekvátní.

Ještě před vkročením na hřiště má rozhodčí právo napomenout hráče pro hrubé nesportovní chování, to ocenit žlutou nebo červenou kartou, pokud by se to opakovalo. Dále má právo zabránit vstupu na hřiště všem osobám kromě asistentů rozhodčího a hráčů. Co se týká vykazování osob ze hřiště, tak má rozhodčí právo vykázat jakéhokoliv hráče, který se dopustil nesportovního chování nebo těžkého faulu a také má právo vykázat trenéra, asistenta trenéra a celou lavičku mužstva za nesportovní chování.

Zásadní je odlišení rozhodčího od ostatních hráčů na hřišti. To by mělo být zajištěno tím, že je v pravidlech stanovena barva dresů. Nemusí být vždy černá, ale musí být dána jasně před zápasem.

Asistenti rozhodčího

Asistent rozhodčího má na starost ukazovat místa, kde míč opustil hrací plochu a které mužstvo bude vhazovat aut, kopat rohový kop nebo výkop. Dále pomáhá

hlavnímu rozhodčímu vést zápas v souladu s pravidly. Tomu v dnešní době napomáhá technika, tzn. že všichni rozhodčí mají vysílačky, díky kterým je jim ulehčena a zrychlena komunikace. Avšak nejdůležitějším úkolem na hřišti je pro asistenta posuzování ofsajdových situací, za které nese zodpovědnost, tudíž v jeho moci je absolutní ovlivnění průběhu zápasu.

Hlavní rozhodčí má právo vyměnit asistenta za jiného, pokud si myslí, že rozhoduje nespravedlivě.

2.2 PRAVIDLA FUTSALU

Pravidla futsalu jsou členěna do sedmnácti odstavců, ke kterým jsou přidány komentáře a doprovodné obrázky. Jistě je tu znát, určitá podobnost s pravidly fotbalovými, ze kterých někdy vychází nebo na které se odkazuje.

Hrací plocha

- tvar hřiště odpovídá obdélníku, kde délka musí být větší než šířka (obr. 2)
- minimální rozměry jsou: 15 m šířka, 25 m délka
- maximální rozměry: 25 m šířka, 42 m délka
- při mezinárodních utkání jsou povinné tyto rozměry hrací plochy: 18 - 25 m šířka, 38-42 m délka
- na hrací ploše musí být vyznačeny následující prvky:
 - o *postranní čára* - délka hrací plochy
 - o *branková čára* - šířka hrací plochy
 - o *středová čára* se středovým kruhem
 - o *brankoviště 6m* - území, kde může gólman chytit míč do rukou
 - o *značka pokutového kopu* - 6 m od brankové čáry
 - o *značka druhého pokutového kopu* - 10 m od brankové čáry
 - o *rohový čtvrtkruh* - poloměr 0,25 m

- o zóny pro střídání hráčů - jsou vyznačeny na postranní čáře, území je velké 5m s počátkem 5m od středové čáry
- základní výbavou jsou dvě branky o rozměrech: 2 m výška, 3 m délka, které musí být umístěny přesně do středu brankových čar
- povrch hrací plochy je odstupňován podle kvality ligy, která na něm hraje. Tudíž nejnížší ligy hrají na umělé trávě (nerozděluje se generace umělé trávy), další hrají na parketách nebo v dnešní době jejich náhradou - teraflex.
- dále musí být povrch hrací plochy rovný a je zakázán asfalt a beton

Míč (obr. 3)

- musí být kulatý
- velikost číslo 4 neboli jeho obvod je 62 - 64 cm
- váha míče činí 400 - 440 g
- musí mít tlumený odskok, při spuštění z výšky 2 m by měl po prvním odrazu od země odskočit do výšky 50 -65 cm

Počet hráčů

- v každém týmu jsou na hrací ploše vždy 4 hráči a gólman
- střídání je povoleno v libovolném počtu hráčů, a to hokejovým způsobem
- výměna brankáře a hráče v poli může být provedena pouze po předchozím upozornění čárového rozhodčího a hlavně při přerušení hry

Povinná výstroj

- sálová obuv (obr.4) pro níž jsou charakteristické tyto vlastnosti: Profesionální futsalová obuv je vyrobená kombinací kvalitní telecí kůže a textilu. Vždy má odpruženou podrážku pro zkvalitnění pohybu a pro menší opotřebení kloubů nohy díky zmírnění nárazů.

- pokud se hraje na venkovních hřištích jsou povolené gumové či lisové kopačky
- dres, trenky, chrániče holení, stulpny (které je překrývají)
- zakázáno je hrát se šperky či ozdobami, jenž by mohly být nebezpečné pro ostatní
- výbava pro gólmana se liší v tom, že může použít dlouhé kalhoty, avšak ho to neosvobozuje od holenních chráničů a stulpen. Dále má povoleny i jiné chrániče, např. kolen, loktů, boků - v ideálním případě jsou již integrované v dresu
- gólman má doporučené nosit rukavice, ale není to povinná záležitost, proto mnozí brankáři je nenosí pro lepší ovladatelnost míče, např. při rozehrávce rukou. (brankáři uvádějí, že bez nich mají lepší „cit pro míč“)

Doba hry

- ve určena dvěma poločasy, z nichž každý čítá 20 minut
- hraje se tzv. *čistý čas* - časomíra se zastavuje vždy, když míč opustí hrací plochu nebo je hra přerušena pokynem rozhodčího
- přestávka mezi poločasy činí 15 minut
- pokud se potřebuje rozhodnout o vítězi, prodlužuje se dvakrát 5 minut
- pořadatel je oprávněn pořádat zápas na tzv. *hrubý čas* - tzn. že se hraje bez přerušení časomíry po dobu dvakrát 25 minut
- každý tým je oprávněn si vzít jeden oddychový čas za poločas v délce jedné minuty, pokud tak neučiní v prvním poločase, není možné ho převést do poločasu druhého

Branka

- je uznána právě tehdy, když míč přejde celým objemem přes brankovou čáru mezi brankovými tyčemi a pod brankovým břevnem, aniž byl úmyslně hozen, donesen nebo záměrně vržen rukou nebo paží hráče útočícího družstva včetně jeho brankáře, a za předpokladu, že hráči útočícího družstva před tím neporušili pravidla hry

()

- branky nelze dosáhnout přímo z autového kopu, z nepřímého volného kopu nebo z výhozu brankáře
- z volného kopu, z autového ani z rohového kopu nelze dosáhnout *vlastní branky*
- družstvo, které dosáhne více branek je vítězem, pokus je počet branek na obou stranách totožný výsledek se nazývá remízou a nakonec pokud je potřeba rozhodnout utkání použijí se postupy pro určení vítěze jako např. jiné počítání branek dosažených na hřišti soupeře, prodloužení hry nebo rohové kopy apod.

(Kresta, 2009)

Míč ve hře a mimo hru

Míč, který je mimo hru musí přijít celým objemem brankovou nebo postranní čáru. Dále pokud je hra přerušena rozhodčím.

Míč ve hře je ve všech ostatních situacích (odražení od břevna, tyče, rozhodčího zpět do hry).

Zakázaná hra a nesportovní chování

Patří mezi nejdůležitější pravidlo, které určuje hranice dovolené a zakázané hry. Vymezuje přestupky při hře, které jsou trestány *herními tresty* (trest pro celé družstvo), tj. přímým nebo nepřímým volným kopem, popř. pokutovým kopem. Dále je možné trestat hráče a náhradníky *osobními tresty*, to znamená napomenutím neboli žlutou kartou a vyloučením neboli červenou kartou.

Herní tresty

volný přímý kop

- tímto trestem bude potrestáno družstvo, které se dopustí následujících přestupků, způsobem, který je podle rozhodčího nebezpečný, bezohledný nebo s použitím nepřiměřené síly

- o kopnutí nebo pokus o kopnutí soupeře
- o podražení nebo pokus o podražení soupeře
- o skočení na soupeře
- o vražení do soupeře
- o udeření nebo pokus o udeření soupeře
- o strčení do soupeře
- o kontakt se soupeřem dříve než s míčem (při souboji o míč)

Toto je první skupina nedovolených zákroků podle nichž se ubírá ráz utkání. Jde o tvrdost a plynulost hry. Největší podíl na charakteru utkání má rozhodčí, protože tyto fauly jsou čistě na posouzení rozhodčím a on také může dle vlastního uvážení zvolit stupeň trestu (ohodnotit kartou nebo ne)

Druhou skupinou nedovolených zákroků jsou takové zákroky, které musí rozhodčí vždy potrestat bez ohledu na to s jakou intenzitou nebo tvrdostí byly provedeny.

- o držení soupeře

- o plivnutí na soupeře
- o skluz na míč nebo na hráče bez míče (s výjimkou brankáře ve svém vlastním pokutovém území)
- o nesení, strčení nebo hození míče jednou nebo oběma rukama (s výjimkou brankáře v jeho vlastním pokutovém území)

- přímý volný kop se zahrává z místa přestupku a je na rozhodčím, jestli na znamení píšťalky rozhodčího nebo ne. Výjimky při rozehrání: pokud se fault stane v pokutovém území je nařízen pokutový kop, který se rozhrává území ve vzdálenosti 6 m od brány soupeř ze

značky pokutového kopu. Druhá výjimka je pokud se zákrok stane ve vlastním pokutovém území, protože poté je možnost rozehrát z kteréhokoliv místa v brankovní šti.

Akumulované fauly

Za akumulovaný fault se považují všechny výše uvedené přestupky (viz. osobní tresty). Za každou chybu, za níž je trestem volný přímý kop, je družstvu v každém poločase akumulovaná (neboli přičtená) chyba. Při šesté nebo každé další chybě (faulu) v poločase kope družstvo místo volného přímého kopu tzv. **druhý pokutový kop**. Tento kop se rozhrává ze značky 10m a je to druh volného přímého kopu avšak je mnohem výhodnější, protože bránící družstvo nesmí stavět zed'. Pokud se přestupek odehrával v bližší vzdálenosti než 10m, je možno rozhrávat z místa přestupku.

Nepřímý volný kop

- tímto kopem bude družstvo potrestáno, pokud se dopustí těchto prohřešků:

- o nebezpečné hry
- o bránění soupeři v pohybu
- o bránění brankáři, aby provedl výhoz od branky
- o jiného přestupku, pro který rozhodčí přerušil hru, aby udělil osobní trest

- o jestli se brankář rukama znovu dotkne míče poté co ho vyhodil a míče se nedotkl hráč soupeře
- o poté co se brankář dotkne míče po úmyslné přihrávce jeho spoluhráče
- o poté co brankář chytne míč po rozehrávce jeho spoluhráče z autového kopu („malá domů“)
- o poté co brankář drží míč na své polovině hřiště po dobu delší než 4 vteřiny nebo poté, co rozehraje nohou a tento míč se k němu vrátí bez dotyku soupeře nebo bez toho aniž by se míč dostal za středovou čáru (kresta, 2009)

Osobní tresty

žlutá karta

Rozhodčí napomene hráče (popř. náhradníka), který se chová nesportovně (např. zmaří soupeři slibně rozvíjející se akci faulem, zahraje rukou nebo udělá skluz do hráče s míčem aj.), slovy nebo jiným jednáním projevuje nespokojenost nebo protestuje, soustavně porušuje pravidla, brání plynulému navázání hry, poruší určenou vzdálenost při rozehrávání autového, rohového, přímého nebo nepřímého kopu. Bez souhlasu rozhodčího vstoupí na hrací plochu nebo bez souhlasu rozhodčího opustí hrací plochu

červená karta

Při udělení červené karty je hráč vyloučen z hrací plochy, jeho tým je oslaben a tento hráč se nesmí po celou dobu utkání vrátit. Tento trest rozhodčí zvolí tehdy, když hráč hraje surově, chová se hrubě nesportovně, plivne na soupeře nebo na jinou osobu, zabrání soupeřovu družstvu dosažení branky tím, že úmyslně zahraje rukou (samozřejmě se netýká brankáře). Použije pohoršující ch, urážlivých nebo ponižujících výroků a gest. Dále obdrží hráč červenou kartu, pokud obdržel druhé napomenutí (žlutou kartu).

Po obdržení červené karty se musí potrestaný hráč přesunout do šatny a jeho družstvo hraje oslabené po dobu 2 minut (pokud tým obdrží branku může ihned

doplnit svůj tým o pátého hráče). Pokud je vyloučen náhradník, musí se také odebrat do šatny, avšak jeho tým není oslaben o jednoho hráče v poli.

(Kresta 2009)

Hlavní rozhodčí

Dle znění pravidel je hlavní rozhodčí ta osoba, která je držitelem licence rozhodčího a byla k utkání delegována řídícím orgánem soutěže. Rozhodčí má plné právo uplatňovat pravidla hry, která jsou daná futsalovým svazem. Jeho pravomoc začíná vstupem na hrací plochu k zahájení hry a trvá po celou dobu až do okamžiku, kdy rozhodčí opustí hrací plochu po ukončení utkání.

Zde jsou práva a povinnosti hlavního rozhodčího zápasu:

- uplatňovat pravidla futsalu
- nechat pokračovat ve hře v případě, kdy je přesvědčen, že by přerušením hry poskytl výhodu družstvu, jenž se provinilo. Jestliže nemá výhoda původně myšlený účinek, potrestá rozhodčí původní přestupek
- má povinnost si zaznamenávat poznámky o všech událostech a incidentech, ke kterým došlo před, v průběhu a po skončení utkání. Dále si musí zaznamenat všechna opatření přijata vůči hráčům nebo funkcionářům
- jestliže se utkání neúčastní druhý rozhodčí, třetí rozhodčí a časoměřič, musí tyto funkce vykonat sám
- musí zastavit, přerušit nebo ukončit hru pro závažná porušení pravidel nebo pro zásah vnějšího vlivu, jestliže to považuje za správné a přiměřené
- je povinen trestat hráče, kteří se proviní proti pravidlům futsalu buď napomenutím nebo vyloučením mimo hrací plochu. Dále je povinen přijímat opatření vůči funkcionářům za nevhodné chování, tzn.

pokud je to nutné, má pravomoc je vykázat z prostoru okolo hrací plochy.

- Nedovolí žádným neakreditovaným lidem vstupovat na hrací plochu
- pokud je nějaký hráč vážně zraněn je povinen mu zajistit co nejrychlejší opuštění hrací plochy. Naopak když je podle jeho názoru, hráč lehce zraněný je povinen tuto podmínku splnit až poté, když byl míč odehrán do zázemí.
- jestliže se hráč dopustí více falů po sobě, potrestá ten nejzávažnější

Druhý rozhodčí

Má takřka stejné pravomoci a zodpovědnost jako rozhodčí hlavní, avšak má i specifické úkony. Jestliže při utkání chybí časoměřič, je zodpovědný za dodržení doby oddechového času a dvouminutového trestu. Odpovídá i za správné střídání. Přítomnost tohoto rozhodčího však není vždy povinná. Jestliže se hraje utkání na nižší výkonnostní úrovni, tzn. krajský přebor, stačí přítomnost hlavního rozhodčího. Ovšem na mezinárodní a mistrovská utkání je přítomnost druhého rozhodčího bezpodmínečně nutná. V případě neshody hlavního a vedlejšího rozhodčího je uznán verdikt hlavního.

Třetí rozhodčí

Specifikem tohoto rozhodčího je, že má za úkol hlídat především situaci mimo hrací plochu, jenž předchozí rozhodčí nestihnou. Dohlíží na chování náhradníků a funkcionářů klubu na lavici náhradníků, dodává na hrací plochu náhradní míč, eviduje osobní tresty a počítá akumulované fauly. V případě přestupku, který byl spáchán mimo vidění obou rozhodčích, je povinen tuto událost hlásit rozhodčímu hlavnímu. Nakonec je při zranění jednoho z rozhodčích povinen tuto funkci nahradit jeho vlastní osobou.

Časoměřič

Je osoba, která je zodpovědná za správně měření hrací doby, oddechového času a dvouminutového trestu. Spouští časomíru s uvedením míče do hry a vypíná ji s popuštěním míč hrací plochy. Signalizuje sirénou konec poločasu, utkání, prodloužení. Uděluje oddychový čas a ukazuje rozhodčímu pátý akumulovaný faul.

(Kresta, 2007)

3 TRÉNINKOVÝ PROCES A PŘÍPRAVA VE FUTSALE

Futsal jelikož je prakticky novějším sportem, tak zažívá dynamický rozvoj nejenom to, co se týká sportovního zázemí, ale také z hlediska tréninku s hráči. Jsou pryč doby, kdy stačil pro hráče futsalu „obyčejný“ fotbalový trénink. V době nedávne se prakticky tyto tréninky náplní překrývaly. Současný trend futsalu vyžaduje vlastní tréninkové přístupy, specifické pro futsal. Jedná se především o čas hry, hemí prostor, počet hráčů, taktickou přípravu a analýzu hry. (Lednický, 2004,2005)

Zjištění, že pro hráče futsalu je potřeba specifický tréninkový postup samozřejmě není jenom náhodná myšlenka. Je podložené výzkumem, podle kterého uvádí Psotta (2003) následující údaje: „ *Z videozáznamů přátelských utkání fotbalu (od začátku utkání do 25. minuty) a futsalu (od začátku do 25.minuty) byly provedeny analýzy pohybové aktivity těchto dvou hráčů. Z analýzy vyplynulo, že pohybová aktivita obou hráčů fotbalu a futsalu byla rozdílná. Celková překonaná vzdálenost v části futsalového utkání činila přibližně 2,3 km, což je přibližně 96% překonané vzdálenosti v pozorované části utkání fotbalu. Ve futsalu byl podíl běhu vpřed nižší než ve fotbalu, přibližně 10%. Naopak vyšší byl ve futsalu podíl běhu vzad a stranou (přibližně o 13%). Důvodem může být skutečnost, že hráči futsalu se zapojují do obranné fáze hry. Intervalů, kdy hráč není v pohybu, je ve futsalu méně než ve fotbalu. Ve futsalu hráč vykonává pohybové aktivity vysoké intenzity ve větší míře než ve fotbalu. Menší počet hráčů futsalu má vyšší podíl herních činností s míčem (přibližně 7%). Ve fotbalu byl podíl herních činností s míčem přibližně 2%. Kontaktů s míčem bylo tedy u sledovaných hráčů ve futsalu více.* “

Tréninkový proces je samozřejmě velmi komplexní a plánovaná záležitost, která obsahuje více složek. Rozlišujeme čtyři hlavní složky přípravy. Technická příprava, která má za úkol vytvořit a pak dále zdokonalovat herní dovednosti. Taktická příprava, jenž má za cíl umožnit sportovci zvolit optimální řešení v dané sportovní situaci. Třetí složkou je kondiční příprava, která se zaměřuje na samotný pohyb hráče. Vlastně na rozvoj pohybových schopností jako je rychlost, síla, vytrvalost a koordinace. Poslední složkou je psychologická příprava, která by měla například pozitivně působit na sportovcovo sebevědomí a zvyšovat účinnost ostatních tří složek. (Dovalil a kol., 2005)

Již bylo řečeno, že je trénink plánovaný. Podle obdob, na jak dlouho je tréninkový plán se stavený můžeme hovořit o jednotlivých typech tréninku. Rozeznáváme několikaletý plán, tedy *perspektivní plán*, který je sestavován například za cílem postupu do vyšší soutěže, (ten se skládá z několika ročních plánů). Dále *roční plán*, který detailněji určuje úkoly daného roku, nazýváme *makrociklus*. A nakonec rozlišujeme *operativní plány* a to mezocyklus (celé přípravné období) a mikrociklus (například jeden týden).

3.1 KONDIČNÍ PŘÍPRAVA

Do výkonu každého hráče samozřejmě nevyhnutelně zasahuje jeho úroveň trénovanosti. Proto musíme sledovat fyziologické parametry jeho zatížení. Bez dobré fyzické zdatnosti nebo můžeme říci bez dobré kondiční přípravy nemůže žádný hráč naplno ukázat na hřišti své schopnosti.

Rozvoj kondičních schopností můžeme realizovat buď bez míče, (jedná se hlavně o nižší věkové kategorie, resp. v přípravném období), nebo s míčem. Při správné kondiční přípravě vrcholových futsalistů je trénink s míčem nevyhnutelný. Nesmíme ale zapomínat, že tento druh přípravy má své výhody i nevýhody:

- **Mezi výhody patří především:** zvýšení podílu tréninku herních činností jednotlivce; větší přenos návyků do hry; vyšší motivace hráčů; možnost trénovat v reálné situaci; splňuje se podmínka, že trénink má být globální; hráči ho mají nejraději.
- **Nevýhody takového postupu:** kondiční schopnosti se efektivněji rozvíjejí tréninkem mimo hřiště (cílené zaměření); zlepšení je pozvolnější; nízký

stupeň individuální techniky hráčů ovlivňuje intenzitu zatížení; těžko kontrolovatelné zapojení se jednotlivých hráčů. (Huděc, Petr)

Vzhledem k charakteristice futsalu se nejvíce v praxi osvědčil intervalový trénink. Je to specifická forma přípravy pro funkční i herní zlepšení hráče, protože je to cyklický trénink aplikovaný na necyklický sport, jakým futsal je. Aby byl trénink efektivní je potřeba měnit běhanou vzdálenost tak, aby odpovídala úsekům běhaných při utkání, využívat kombinované aktivity. V běžeckých úsecích měnit způsob přesunu na určené vzdálenosti (bokem, vzad, poskoky, s výskoky aj.), poskytnout dostatečný interval odpočinku mezi úseky, resp. sériemi. Intenzita zatížení se pohybuje od 75 do 90% maxima, přičemž srdeční frekvence se pohybuje až na hranici 180 pulzů za minut. Na konci intervalu oddychu by měla klesnout pod hranici 120 pulzů za minutu. Celkový čas zatížení v sérii by se měl přibližovat době, jakou chce trenér realizovat v zápase s jednou čtyřkou. V čase tohoto tréninkového zatížení druhá čtyřka oddychuje, čímž se modelují zápasová situace.

Nyní bych chtěl předložit dva příklady možného kondičního tréninku. První příklad se zabývá tréninkem jednotlivce, ve kterém se může i nemusí využívat míče. Samozřejmě, že je vždy lepší vše dělat s míčem kvůli absolutnímu soužití hráče s míčem. Ve druhém případě se jedná o cvičení ve dvojicích s míčem. Oba tyto příklady jsou znázorněny v příloze.

A.Cvičení jednotlivců

Jsou zaměřená na nácvik a zdokonalování činností blízkým herním situacím, ve kterých se hráč ocitá. Vykonáváme je bez míče i s míčem.

1. Hráč vykonává člunkový běh mezi dvěma kužely (vzdálenost 5 - 8 m). Cvičení vykonává během vpřed - vzad; s obratem o 180° při změně směru; bokem (střídání levé a pravé nohy); dřepem a následným výskokem s obratem do protisměru **(obr.1).**

2. Cvičení mezi kužely v rovnostranném trojúhelníku (4 - 5 m). Hráč vyběhne šikmo vpřed, krátkými a rychlými kroky bokem se přesune k dalšímu kuželu a během vzad se dostane na výchozí místo. Změnu směru může vykonávat po každém okruhu, resp. na podnět trenéra **(obr.2).**

3. Kužele ve stejném rozestavení. Hráč běží vpřed - vzad ve tvaru písmene "L" a po druhém návratu na výchozí místo sprintuje po úhlopříčce dlouhé 8-10 m **(obr.3).**

4. Na podlaze jsou rozloženy kužely (**obr.4**). Hráč vyběhne rovně, šikmo vzad se vrátí ke kuželu v druhé řadě a znovu vyběhne rovně k dalšímu kuželu. Celková délka úseku je 8 až 10 metrů. Stejně cvičení vykonáváme i poskoky bokem.
5. Ve vzdálenosti 8 a 10 metrů od stěny jsou kužely. U kuželu blíže ke stěně stojí hráč s míčem. Kopne jím směrem ke stěně tak, aby stihl oběhnout okolo vzdálenějšího kužele a na výchozím místě opět vrátit přihrávku směrem o stěnu (**obr.5**). Hráč by měl odehrát minimálně 5 přihrávek.

B. Cvičení ve dvojici

Při těchto cvičeních se využívá míč, aby se co nejvíc přiblížila herním situacím. Mohou být organizované tak, že jeden z dvojice je pohrávajícím, nebo oba vykonávají stejnou činnost.

1. Hráč vykonává člunkový běh mezi kužely (3-4 m). Na výchozím místě vrací přihrávku spoluhráče kolmo, resp. ve směru běhu (**obr.6**). Cvičení je možné realizovat tak, že přesun mezi kužely se vykonává středním, resp. vysokým poklusem nad nízkými překážkami. Celkový počet přihrávek je 8-10.
2. Stejná cvičení, ale oba hráči vykonávají člunkový běh a přihrávají si míč. Přihrávka směřuje buď kolmo na směr běhu, nebo po úhlopříčce (**obr.7**).
3. Kužele jsou rozestavěny v trojúhelníku (3-4 m od sebe). Hráč vyběhne šikmo vpřed a u druhého kužele vrátí přihrávku spoluhráči. Během vzad se přesune k výchozímu kuželu, vyběhne vpřed k třetímu kuželu, u kterého opět zpracuje přihrávku. Během vzad se dostane na výchozí místo. Přihrávky je možné realizovat i při změně směru u středního kužele (**obr.8**). Celkově je potřeba odehrát 8-10 přihrávek.
4. Ve vzdálenosti 9-10 metrů od branky hráč vykonává člunkový běh 3-4 metrů rovnoběžně s brankovou čarou. U jednom kužele jsou připravené míče, které hráč střílí na branku. Náročnější variantou cvičení je střelba po přihrávce (**obr.9**). Je potřeba vykonat 4-5 střel.
5. Hráči si přihrávají 0-8 krát na krátké vzdálenosti. Jeden z nich nečekaně kopne míč do volného prostoru a druhý sejí snaží co nejdříve dostat pod kontrolu (**obr.10**).
Dlouhý kop je možno realizovat i na podnět trenéra

(Hudec,Petr)

3.2 TECHNICKÉ DOVEDNOSTI

Pro správné zvládnutí hry je potřeba, aby hráč vládl základními technickými dovednostmi, mezi které řadíme zpracování, přihrávání, střelba a vlastně dokonalé ovládání a vedení míče. Nyní zde jednotlivě rozeberu tyto základní herní činnosti jednotlivce.

Zpracování míče

Patří mezi základní futsalové dovednosti. Definice dle Kresty (2007) zní: „*Jedná se o získání kontroly nad míčem, jež nám byl přihrán, popř. kterého jsme se zmocnili od soupeře.*” Rozeznáváme tři základní typy "zpracování míče. Ve futsale je bez pochyby nejvíce rozšířeno **převzetí** míče. Realizuje se po přihrávce po zemi. Zde je obrovský rozdíl mezi fotbalem a futsalem, protože zde je nejužívanější převzetí *podrážkou* - provádí se nastavením podrážky nohy proti míči a následně při kontaktu přitlačíme míč k podlaze, tím ho zastavíme a dostaneme pod kontrolu. Důležité je, aby při provedení měl hráč váhu na stojné noze, a ne na míči. Další možností je převzetí míče *vnitřní stranou nohy*, kdy je váha opět na stojné noze avšak proti míči nastavíme vnitřní stranu nohy která by měla být uvolněná. Při prudší přihrávce použijeme tlumicí zpětný pohyb. Poslední možností je převzetí *vnější stranou nohy*, které provádíme stejně jako předchozí úkon.

Další možností zpracování míče je **stahování**. Stahování se nejvíce používá při zpracování polovysokých a vysokých přihrávek. Míč je zpracováván ještě před dopadem na zem. Nejčastěji se provádí čtyři základní typy stahování, které mají stejné nebo obdobné provedení, přičemž se liší v použité části těla. Nejčastěji se provádí stažení *nártem*, kdy přednožíme pokrčmo a čekáme na míč. Současně s padajícím míčem provádíme pohyb k podložce, kdy se současně nárt uvolňuje. Takto obdobně se provádí stažení pomocí *vnitřní strany nohy*, *stehna* a *hrudníku*.

a

Jinou alternativou pro zpracování vysokých a polovysokých míčů je **tlumení**. Tento způsob se provádí ve třech variantách, a to tlumení *podrážkou*, *vnitřní stranou nohy* a *vnější stranou nohy*. Provedení zůstává vždy stejné. Hráč čeká na míč, který hned po dopadu ztlumí přišlápnutím k podložce. Je potřeba dávat pozor na přenesení váhy, která musí vždy zůstat na stojné noze.

Vedení míče

Je herní činnost, bez které se žádný hráč neobejde. Je to nejzákladnější, za to asi nejdůležitější dovednost. Dle Kresty (2007): „*Jedná se o souhrn pohybů, kterými hráč dolními končetinami usměrňuje míč požadovaným směrem, tj. má jej pod svou kontrolou, dokáže je ovládat. Mezi zásady, které je nutno dodržovat, patří především nutnost vedení míče tak, že jej má neustále pod kontrolou (tj. neukopne si jej, aby se ho zmocnil soupeř) a také vedení míče bez sklopené hlavy.*”

Zde je opět obrovský rozdíl oproti fotbalu. Nejvíce se používá **vedení míče podrážkou**, což umožňuje hlavně hladká hrací plocha. Tento typ vedení je neskutečně výhodný pro velkou plochu nohy dotýkající se neustále míče, tudíž hráč nikdy neztrácí kontrolu nad vedeným míčem. Hráč míč doslova „převaluje“ nohou do požadovaného směru. Můžeme zde používat i dva typy převalování a to buď převalování od špičky kpatě a nebo od vnitřní strany nohy k vnější. Dalším způsobem je **vedení míče vnitřní stranou nohy**, které se používá při pomalejším běhu, při nutnosti změnit směr. Dochází zde ke střídání nohou a to tak, že jednu nohu vytočíme a vnitřní stranou nohy kopneme míč dopředu směrem k druhé noze, která dělá stejnou akci. Nakonec se ještě může používat vedení míče **nártem** anebo **vnějším nártem**.

Přihrávání

„*Přihrávání je činnost, při níž dochází kálenému usměrnění pohybu míče (udeřením míče) spoluhráči, aby mohl tento spoluhráč dále pokračovat ve hře s míčem (zpracuje míč, vystřelí, ihnedpřihrává)*” (Kresta, 2007)

Existuje několik hledisek, podle kterých lze přihrávky klasifikovat. Základní hledisko je **dle části těla**, kterou se přihrávka provede. Nejvíce se používá přihrávka nohou. Hlavním typem této přihrávky, je přihrávka **vnitřní stranou nohy** neboli slangově nazývanou „placírka“. Jde o nejpřesnější typ přihrávky, kdy se na ní podílí největší možná plocha nohy, tudíž je zde největší kontrola míče. Dále se používá přihrávka **vnějším nártem** neboli „šajtle“. Toto jde provozovat až při vyšších

kvalitách hráče. Nakonec mohou být používání přihrávky *podrážkou* a to jak vpřed, tak vzad (je to hodně oblíbené pro svou efektnost), *vnitřním nártem, přímým nártem, hlavou, stehnem, patou*.

Další hlediska jsou: **dle výšky** - rozlišujeme přihrávky přízemní (u kolen), střední (u hlavy) a vysoké (nad hlavou)

dle délky - krátké (5 - 10m), střední (10 - 20m) a dlouhé (20 - 40m)

dle směru - vpřed, vzad, horizontálně, šikmo vpřed nebo vzad

dle rotace - bez rotace, vnitřní nebo vnější rotace

(Kresta a kol., 2007)

Střelba

Je herní činnost, díky které je možné vstřelit branku, tudíž není pochyb o její důležitosti. Vzhledem k velikosti hřiště a k flexibilitě v dnešním futsalu (to znamená, že se hráč pohybuje po celém prostoru hřiště) není vhodné preferovat pouze jednu nohu ke střelbě a vlastně ve vrcholovém futsalu již není možné fungovat bez možnosti vystřelit oběma nohama. Střelba se opět dělí podle různých hledisek:

Dle části těla, kterou je míč vystřelen. Velmi se využívá střelba *vnitřní stranou nohy*. Tato střela je díky zasažení míče velkou plochou nohy velmi přesná, i když ne tak razantní. Užití je nejvíce na krátkou a střední vzdálenost. Provedení je stejné jako u přihrávky nitmi stranou nohy, ale zde se samozřejmě musí vložit větší síla do kopu. Druhou možností je střelba *přímým nártem*, která je naopak velmi razantní, avšak na úkor přesnosti, protože je zde využívána velmi malá plocha nohy. Užívá se při střelbě na větší vzdálenost, proto také hráč musí vyvinout co největší sílu. Dále se používá střelba *vnitřním a vnějším nártem*. Futsalovou překvapivou střelou je střela *špičkou*, na kterou nemusí mít hráč žádný rozběh, tudíž se stílí „z kroku“ a nemusí dávat velkou razanci, protože míč vystřelený tímto způsobem letí velmi rychle. Problémem je však minimální přesnost, díky minimální ploše nohy, která udeří do míče. Nakonec nejméně používanými střelami jsou střely *hlavou* nebo *patou*.

Dle výšky rozeznáváme střelbu přízemní (do úrovně kolen), středně vysokou (do úrovně hlavy) a vysokou (nad úroveň hlavy).

Dle vzdálenosti od branky soupeře lze střílet z velké vzdálenosti (10 - 40 m), ze střední vzdálenosti (6 - 10m), popř. z krátké vzdálenosti (do 6 m).

Dle rotace známe střelbu s vnitřní, vnější rotací.

Z hlediska činnosti, která předchází střelbě. Je to střelba z místa, po vedení míč, po zpracování míče, po přihrávce, střelba ze vzduchu nebo *volejem* a nakonec střelba těsně po dopadu neboli *haljvolejem*.

Obcházení soupeře

Zde se jedná o činnost, kdy se hráč musí nějakým způsobem dostat za proti hráče, který se mu snaží míč buďto vzít anebo vypíchnout. Tuto činnost musí dokonale zvládnout jak útočníci, kteří si tak připraví lepší pozici pro střelu na branku soupeře, tak bránící hráči, kteří se musí umět zbavit dotírajícího útočníka soupeře. Ve futsalu rozlišujeme dva typy kliček a to **základní kličku** a **kreativní kličku**.

Základní klička, se využívá tehdy, když jsme proti bránícímu hráči čelem. V tomto případě jde o jednoduché obejití soupeře za pomoci základních dovedností (základních úderů do míče a klamavých pohybů tělem). Při těchto kličkách je potřeba využít velké rychlosti. Zde rozeznáváme *krátkou a dlouhou kličku*. Obě se provádí stejně akorát každá na jinou vzdálenost od hráče. Začneme pohybem těla na jednu stranu, čímž naznačíme protihráči, kam bude náš pohyb asi pokračovat, avšak míč pošleme na stranu druhou a změníme pohyb těla za míčem.

Kreativní kličkou je nazývána klička, kde se využívá více pohybů a úderů, jejichž zvládnutí není v rámci základních dovedností. Zde se nemůže sepsat seznam těchto kliček, protože při těchto „fintách“ se využívá kreativita hráčů samotných a tudíž se klička provádí vždy jiným způsobem.

(Kresta, 2007)

Taktika nebo můžeme říct taktická příprava je futsalu a ve všech týmových (kolektivních) sportech velmi důležitá součást tréninků. Taktika závisí jak na jednotlivcích, tak na souhře všech hráčů. Pro začátek bych rád uvedl definici taktiky podle Stříže (2002): „ *Akce hráčů jednoho mužstva, dokonale sladěné a organizované v rámci herního modelu, za účelem překonání soupeře jak v útoku, tak v obraně. Taktická stránka je limitována rozvojem taktických schopností a vědomostí, významnou roli hraje také taktické myšlení, které se projevuje schopností rychle vnímat, zpracovávat a hodnotit informace, které jsou rozhodující pro řešení herní situace. Aby byla taktika účinná, musí být přizpůsobena vždy fyzickým, technickým a psychickým vlastnostem a schopnostem hráčů.*” Toto je velmi dobrá definice, která obsahuje všechny důležité indicie. Avšak je to definice psaná autorem, který prosazuje taktiku jako důležitou a samostatnou část tréninku.

A druhém břehu stojí názor jiný, např. Samuela Gobela (brazilského futsalového trenéra): „*Taktika hry není ničím víc, než praktickým prováděním všeobecných, abstraktních a technických pojmů, uváděných jako technika hry. Technika hry učí nebo říká, jaké to má být a taktika hry to hned opravuje a říká, jak to toho dne může být.*” Z této definice můžeme zjistit, že druhé názory se odkazují na to, že taktika je krátkodobá a vlastně pouze určuje, jak bude tým hrát ten onen den. Tudíž by zde měl hrát obrovský podíl momentální psychický stav hráče..

Do taktiky patří:

- **Herní systémy**

Jde o organizaci mužstva na hrací ploše se snahou dosáhnout předem vytýčeného cíle. Podle vzniklé situace musí být mužstvo schopno flexibilně zareagovat a změnit svůj styl hry ve svůj prospěch.

Do herních systémů ve futsalu patří jako u všech ostatních kolektivních sportů dvě základní, to jest *obrana* a *útok*. V současné době se ovšem rozdíl mezi obránci a útočníky smazávají, protože všichni hráči se zapojují jak do útoky, tak do obrany. Na tomto modelu se můžeme přesvědčit, jak komplexní je futsal sport.

OBRANA -její cíle, formy a obranné systémy

a) *cíle obrany* - znovu získání míče - 1) sebrání míče

2) dosáhnout toho, aby soupeř míč ztratil

- nenechat soupeře rozvíjet jeho cíle

- bránit místa před brankou

b) *taktické obranné základy* - stahování se zpět

- pomoc a krytí

- zdvojování (2 na 1)

- pozdržení

- zaskakování

c) *formy obrany* - zónová obrana

- osobní obrana

- kombinovaná obrana 1) obrana na vlastní polovině

2) presing

- hra v oslabení

- obrana proti hře s brankářem v poli

d) *obránné systémy* - obranná hra při postupném útoku soupeře

- obranná hra při rychlém protiútku soupeře (1 na 2, 1 na 3)

ÚTOK -jeho cíle, formy a útočné kombinace

a) *cíle útoku* - ponechat si získaný míč

- postoupit směrem k stanovenému cíli

- dávání gólů

- b) formy útoku*
- postupný útok
 - rychlý protiútok
 - přesilová hra
 - hra s brankářem v poli

c) útočné kombinace

- útočná hra při postupném útoku s využitím nacvičené akce
- útočná hra při postupném útoku s využitím rotace hráčů
- útočná hra při presingu soupeře - 1) vyhození brankářem na útočníky

2) vyhození brankářem na obránce

Na rozdíl od fotbalu, do herních systémů ve futsalu spadá i - rozestavení hráčů v poli. Podle počátečního postavení rozeznáváme tyto základní herní systémy:

- 2 - 2 systém čtverce, dva hráči jsou vzadu - levý obránce, pravý obránce
a dva hráči jsou vpředu - levý a pravý útočník
- 1 - 2 - 1 systém kosočtverce, zadní hráč - stoper, boční hráči - křídla,
hrotový hráč - pivot

Tyto dva základní systémy se mohou podle potřeby měnit na 4 - 0, 3 - 1 nebo 1 - 3. Jestliže chceme zvýšit účinnost hry mužstva musí být všichni čtyři hráči v poli schopni si kdykoli vyměnit místa a převzít jakoukoli roli, potom mluvíme o rotaci hráčů

- **Rotace - útočné točení**

Jsou to uskutečňované výměny hráčů, kteří mají v držení míč. Udržuje se rovnováha v mužstvu a předchází se možné ztrátě míče při zakládání útoku.

Střídání pozic má za cíl setřást soupeře, který nás těsně brání a dovést do konce útočnou akci. Rotace nebo-li točení hráčů se využívá často při postupném útoku.

Styl založený na točení hráčů je vytvořen na základě 2 aspektů:

1. Přizpůsobit útok soupeřově obraně

- a) soupeřova obrana je na polovině hřiště, nutí nás do postupného útoku
- b) při postupném útoku narušit soupeřovu obranu a vytvořit situaci na ohrožení
branky

2. Útok přizpůsobit schopnostem hráčů

- a) není výrazná individualita, větší důraz na kolektivní pojetí
- b) nacvičená příprava útoku s následující improvizací

Důležité herní činnosti pro zvládnutí tohoto herního stylu:

- dobré ovládání míče
- pohyb hráče po přihrávce
- pohyb hráče většinou za úroveň míče

Podle rozestavení hráčů známe tyto druhy točení:

- diagonála
- osmička
- s liberem

Standardní situace

Středový výkop, rohový kop, rozehrání z pomezí čary - aut, trestný kop, druhá penalta, penaltový kop

[Kresta, 2009]

4 HYPOTÉZY

Hypotéza č. 1:

Předpokládám, že pravidla futsalu jsou z pohledu hráče jednodušší než pravidla fotbalu.

Hypotéza č. 2:

Předpokládám, že futsalista dosahující divizní úrovně pořádané ČMFS použitelný pro zařazení do fotbalového klubu té samé úrovně a naopak.

Hypotéza č. 3:

Předpokládám, že zapojení hráčů futsalu z pohledu herních postů je variabilnější než ve fotbale.

5 VÝZKUMNÁ ČÁST

5.1 *METODY VÝZKUMU A POSTUP PRÁCE*

Metody:

Pro výzkumnou část použiji více možných metod. Jako první použiji analýzu literatury a to pravidel futsalu a fotbalu, dále použiji mnou sestavený dotazník a nakonec analýzu soupisek českých futsalových a fotbalových klubů z roku 2009.

Postup:

Materiály pro zpracování výzkumu byly v podobě knižní, dále výsledky dotazníku mi byly zaslány emailem v průběhu měsíce června a nakonec soupisky týmu byly vystaveny na stránkách jednotlivých klubů. Výsledky výzkumu jsou zpracovány buď grafickou formou nebo slovním vysvětlením. Všechna data byla zpracována pomocí programu MS Word a MS Excel.

V této kapitole se budu zabývat samotným výzkumem a splněními úkoly práce

5.2.1 Splnění úkolů práce

Úkol 1:

Zjistit zda existují zásadní rozdíly v pravidlech futsalu a fotbalu

Vyhodnocení úkolu 1:

Na základě analýzy literatury a mnou zhotoveného dotazníku jsem vytvořil tabulku srovnávající zásadní rozdíly v pravidlech obou sportů a připojil k nim své slovní

hodnocení
Tabulka. Shrnutí a srovnání pravidel

Pravidlo	Fotbal	Futsal
Hrací plocha	Fotbalové hřiště (tráva)	Tělocvična (parkety)
Délka	90 - 120 m	25 - 42m
Šířka	45 - 90m	15 - 26m
Míč	Velikost 5	Velikost 4
Obvod	68 - 70 cm	62 - 64cm
Hmotnost	410 - 450g	400 - 440g
Tlak	0,6 - 1,1 atm	0,4 - 0,6atm
		- Tlumený odskok míče
Počet hráčů	Max 18	Max 12
Na hřišti	10 + 1 [brankář]	4 + 1 (brankář)
Střídající	3	neomezeně

Rozhodčí	3 (hlavní a 2 asistenti)	2
Vyloučení hráče	Oslabení týmu na zbytek utkání	Oslabení na 2 min, po uplynutí trestu nastupuje jiný hráč
Zajímavost	Ofsajd	Akumulované fauly

Dle mého názoru mají pravidla na první pohled viditelný společný základ daný historií obou sportů. Na druhou stranu je pravda, že každý z těchto sportů má svá vlastní specifika, která tento sport charakterizují. Já bych se zde zaměřil na hlavně na pravidla, která vyčleňují futsal a dělají z něj vlastně odlišný sport než je fotbal.

Zpočátku bych chtěl zdůraznit rozdílnou tvrdost obou sportů. Ve futsale by měla být teoreticky téměř nulová, protože je zde pravidlo **akumulovaných faulů**, které hráčům v pozitivním slova smyslu „svazuje“ nohy. Díky tomuto pravidlu, se za celý zápas dají fauly každého z týmu spočítat deseti prsty. Což je obrovský nepoměr vůči fotbalu, ve kterém se průměrně stane kolem deseti faulů na poločas. Pravidlo je především dobré v prevenci proti možnému zranění hráčů, kterým předchází. Dalším omezením, které se týká tvrdosti a prevence zranění je zákaz **skluzů**. Tato herní činnost je ve fotbale nezbytně nutná, jak k čistému odebrání míče, tak k absolutní destrukci protihráče. Díky úplnému vypuštění se omezí možnost zranění stojné nohy hráče s míčem až o 90 %

Co se týká taktické stránky hry je můj názor, že rozhodující pravidlo je **ofsajd**. Díky tomu, že je ofsajdové pravidlo absolutně ve futsale vypuštěno, se hra obrovsky zrychlí. Na druhou stranu se žádné družstvo nemůže pustit to fatálního útoku, protože díky tomuto pravidlu jsou zjednodušené „brejkové situace“. Útočící hráč si nemusí dávat pozor na pomyslnou lajnu s posledním bránícím hráčem soupeře a tudíž má možnost v klidu útočit.

Do taktické stránky lze zařadit i pravidlo o **vyloučení hráče**, které je také diametrálně odlišné. Zatímco ve futsale se taktika příliš měnit nemusí, protože dostane-li hráč červenou kartu je jeho tým oslaben pouze na určitou dobu v zápase, zatímco ve fotbale je tým oslaben až do konce zápasu, tudíž musí dojít k taktickému

střídání apod. Z toho plyne, že vyloučení hráče má daleko větší dopad na fotbal než na fútsal.

Úkol 2:

Zjistit, zda existuje možnost adaptace futsalitů na fotbal a naopak.

Vyhodnocení úkolu 2:

Na základě odpovědí respondentů na mnou sestavený dotazník. Z dotazovaných 80-ti respondentů jsem podle odpovědí vybral pro mě cílovou skupinu a to hráčů, kteří hrají nebo hráli oba sporty.

Tabulka adaptability hráčů na stejnou úroveň futsalu a fobalu

Adaptace	Futsal na Fotbal		Fotbal na Futsal	
	ANO	NE	ANO	NE
Technika	17	8	23	5
Taktika	12	13	23	5
Kondice	5	20	26	2
Technické zázemí	6	19	24	4
Celkově schopnost daptace	4	21	23	5

Úkol 3:

Zjistit, zda existuje specializace hráčů fútsalu na herních postech jako je to například ve fotbale.

Vyhodnocení úkolu 3:

Na základně prostudovaných soupisek futsalových týmů všech výkonnostních tříd získaných najejich oficiálních internetových stránkách.

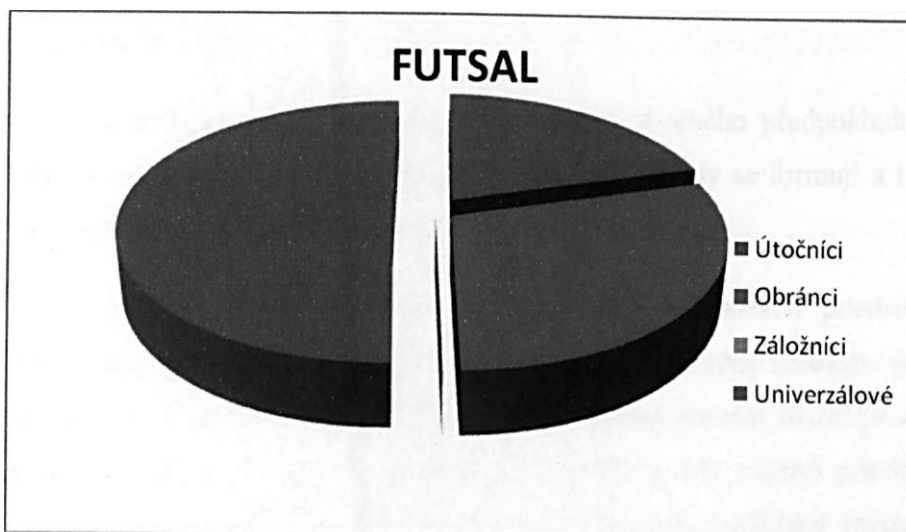
Tabulka vyhodnocení hráčských postů

	FUTSAL	%	FOTBAL	%
Počet sledovaných týmů	10		10	
Celkový počet sledovaných hráčů	143	100	210	100
Počet útočníků	29	20,3	31	14,8
Počet obránců	42	29,4	43	20,5
Počet útočníků	0	0	86	40,1
Počet univerzálních hráčů *	72	50,5	50	23,8

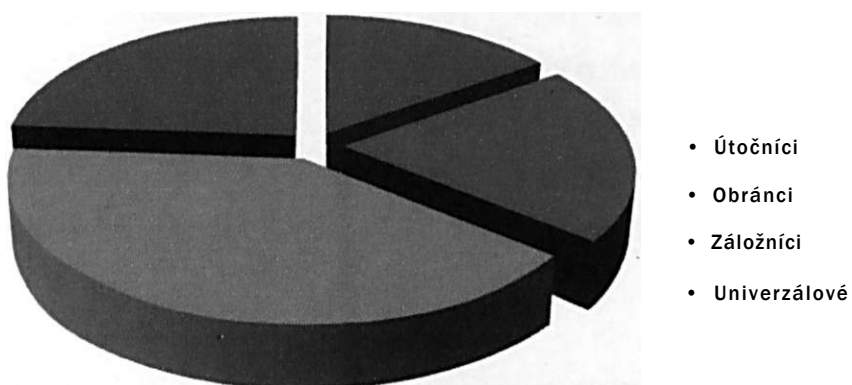
- hráči, kteří mohou nastoupit na více postech (nepočítá se gólmanský post) než pouze jednom a podávají na nich stejně kvalitní výkony

- sledovaný vzorek byli hráči, kteří jsou zapsaní na soupisce A-týmu svého klubu

Graf podle procentuálního zastoupení hráčů na jednotlivých postech dle hodnot z tabulky



FOTBAL



6 DISKUZE

V této kapitole se budu zabývat zhodnocením hypotéz.

Všechny **úkoly práce** byly podle mého názoru splněny. Výsledky úkolů práce jsou obsahem kapitoly 5.2.

. **Hypotézy** nejprve uvedu a poté se pokusím o jejich objektivní zhodnocení.

Hypotéza č. 1: *Předpokládám, že pravidla futsalu jsou z pohledu hráče jednodušší než pravidla fotbalu.*

Tuto hypotézu jsem stanovil na základě obecného předpokladu, že futsal jakožto mladší sport má svá pravidla teprve ve fázi, kdy se formují a tudíž jich je momentálně menší množství s jednodušším výkladem.

Podle výzkumu je v obou sportech odlišné množství pravidel. Přičemž fotbalová pravidla jsou celkově početnější a ještě mají větší množství specifických pravidel (viz. Pravidlo ofsajdu, skluzy, atd). Hlavní početní rozdíl je v pravidlech týkajících se nedovolených zákroků a nedovolené hry včetně pravidel, kdy se udělují žluté a červené karty. Proto je pro hráče fotbalu složitější všechny pravidla se naučit a také dále osvojit než pro hráče futsalu ve svém sportu.

Hypotéza se potvrdila

Potvrzení hypotézy je dle mého názoru zapříčiněno stářím obou sportů. Jelikož fotbal je o tolik starší, než futsal jsou jeho pravidla již ucelená a za tu dobu velmi propracovaná, zatímco futsal jako nově formující se sport má pravidla ještě plně nedokončena. Dále je více omezujících pravidel dáno celkovým počtem hráčů při utkání, který je mnohonásobně vyšší než při futsalovém utkání.

Hypotéza č. 2: *Předpokládám, že fotbalista dosahující divizní úrovně pořádané ČMFS není použitelný pro zařazení do futsalového klubu té samé úrovně a naopak.*

Tuto hypotézu jsem stanovil z předpokladu, že prakticky pojetí obou sportů se od sebe hodně liší. Je třeba zapojit více faktorů pro to, aby byl hráč úspěšný v obou sportech najednou a to techniku, taktiku, kondici, srovnání se s technickými parametry sportu (hrací plocha, míč, obutí) a hlavně spojení těchto 4 částí dohromady pro možnou adaptaci, tudíž je velmi obtížné všechny tyto faktory splnit a proto myslím, že není pro všechny úspěšné fotbalisty možné hrát úspěšně i futsal a naopak.

Z výzkumu vedeného pomocí dotazníku vyplynuly, jak dílčí výsledky to znamená jednotlivé počty fotbalistů a futsalistů, kteří jsou schopni zvládnout jeden ze zmiňovaných faktorů, ale také celkové výsledky, které vypovídají o možné adaptaci hráčů. Hlavní jsou tedy pro náš výzkum tyto výsledky: pouze 4 futsalisté z 25 dokázali hrát fotbal na stejné úrovni jako svůj hlavní sport futsal a naopak celých 23 fotbalistů z 28 dokázali hrát futsal na stejné úrovni jako fotbal.

Tato hypotéza se z první části nepotvrdila, v druhé části znění ano

Výsledky jsou jistě zapříčiněny jinými technickými parametry, kde rozhodující je velikost hřiště. Jelikož futsalisté i fotbalisté mají podobně výbornou techniku, kondici a zvládnutou taktiku je rozhodující lehčí přechod z většího prostoru na menší. Naopak tomu je složitější, jelikož futsalisté zvyklí na malý prostor jsou na velkém hřišti „utopeni a ztraceni“.

Hypotéza č. 3: *Předpokládám, že zapojení hráčů futsalu z pohledu herních postů je variabilnější než ve fotbale.*

Tuto hypotézu jsem stanovil na předpokladu, že velikost futsalového hřiště je menší, proto se hráč prakticky musí dokázat pohybovat po celé délce a šířce hrací plochy čímž se utváří velká univerzálnost a variabilita.

Z mého výzkumu vyplynulo, že v porovnání s fotbalem jsou futsalisté z větší části univerzální hráči, týkající se herních postů. Ze zkoumaných 143 futsalistů je celých 72 hráčů bráni jako univerzálové, zatímco ze zkoumaných 210 hráčů fotbalu se mohou za univerzály brát 50 hráčů. Co se týká procentuálního zastoupení, které je názornější, tak více než 50 % futsalistů dokáže hrát na více než

jednom postu, zatímco u fotbalových hráčů je to pouze 23%, což je téměř o polovinu méně.

Tato hypotéza se potvrdila

Ty výsledky mohou být způsobeny a dle mého názoru jsou odlišnými herními systémy obou sportů. Zatímco ve fotbale jsou pevně diferenciované posty, na kterých hráči hrají a taky se jich drží, tak ve futsale se útočná a obraná řada velmi často prolíná kvůli větší efektivnosti. Proto hráči futsalu musí umět hrát jak na místě obránce, tak na místě útočníka, čímž vzniká jeho univerzálnost.

Nakonec diskuze bych chtěl sdělit, že k samotnému sportu futsalu vyšlo velmi málo publikací, tudíž jsem čerpal hodně zvláštní zkušenosti a z názorů profesionálních hráčů.

7. ZÁVĚRY

V této bakalářské práci jsem se zabýval dnes velmi moderním dynamicky se rozvíjejícím sportem, futsalem. V první části jsem se zaměřil na studium literatury a na vlastní zkušenosti, které jsem se pokusil zhodnotit při vytyčení cílů, úkolů a hypotéz v práci, jenž jsou nedílnou součástí.

Ve druhé části, tedy výzkumné části, jsem využil tři různé metody výzkumu a to analýzu literatury, dotazník a nakonec analýzu internetových materiálů. Výsledky jsem vyhodnotil a uvedl v kapitole 5.2.

Na základě vytyčených cílů a v souladu s hypotézami bakalářské práce jsem z výsledků vyvodil tyto závěry:

- Pravidla futsalu jsou jednodušší na pochopení a tudíž jsou aplikovatelnější pro hráče
- Hráči futsalu jsou schopni variabilněji nastoupit na všech postech kromě golmanského než hráči fotbalu
- Adaptace futsalistů na fotbal a naopak je možná avšak záleží na jaké probíhá úrovni
- adaptace hráčů fotbalu do výkonnostního futsalu je snazší než adaptace futsalisty do výkonnostního fotbalu

Futsal v dnešní době představuje sport, který zažívá ohromný boom a tudíž ho sleduje stále větší množství lidí. Tato práce by mohla laické veřejnosti vytvořit bližší představu o tomto sportu a také čím více literatury zabývající se tímto tématem, tím se tento sport dostane do širšího podvědomí. Tato práce může také posloužit jako pomůcka pro začínající trenéry futsalu, kteří se snaží postavit nový tým z hráčů různých úrovní jak z fotbalu a futsalu. Dále se zde mohou podívat na příklady tréninkových postupů.

POUŽITÁ LITERATURA

- 1) BAUER, G. (2006). *Hrajeme fotbal*, 2.vyd. České budějovice: KOPP.
- 2) ČÁLEK, a. k. (1989). *Sálová kopaná*, 1.vyd. Praha: Mladá fronta.
- 3) DOVALIL, a. k. (2005). *Výkon a trénink ve sportu*, 1.vyd. Praha: Olympia.
- 4) HORA, a. k. (2005). *Pravidla fotbalu, futsalu a minifotbalu ČMFS (platná od 1.7.2005)*, 1.vyd. **Praha: Olympia.**
- 5) HUDEC, P. (2002). *Kondiční příprava hráče futsalu*, 1.vyd. Praha: Komise futsalu ČMFS.
- 6) JANÁS, M. (2006). *Bakalářská práce: Porovnání přípravy hráče futsalu a hráče fotbalu na úrovni regionálních soutěží*. Brno: MU FSpS.
- 7) KOLLATH, E. (2006). *Fotbal: technika a taktika hry*, 1.vyd. Praha: Grada. ISBN 80-247-1336-5
- 8) KOPAL, P. (nedatováno). *Pár slov k futsalu od Petra Kopala*. Získáno 5. duben 2009, z SELP Sokol Vysočany: <http://vavw.futsalvysočany.stranky.cz/stranka/historie-futsalu>
- 9) KRESTA, J. (2009). *Futsal*, 1.vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2534-5
- 10) KRESTA, J. (2008). *Učitel jako rozhodčí sportovních her ve školní tělesné výchově*, In. *sborník k semináři pohyb a zdraví 2007*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně.
- 11) LEDNICKÝ, J. (2005). *Cvičení pro rozvoj kondičních schopností hráčů futsalu*. Bratislava: FTVŠ UK Bratislava.
- 12) PATAKI, P. (2005). *Bakalářská práce: Porovnání přípravy hráče futsalu a hráče fotbalu na úrovni divizních soutěží*. Brno: MU FSpS.
- 13) PSOTTA, R. (2003). *Analýza intermitentní pohybové aktivity*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0692-5

14) STRÍŽ, M. (2002). *Technicko-taktické zkušenosti, 1.vyd.* Praha: Komise futsalu ČMFS.

15) VOTÍK, J. (2003). *Fotbal-trénink budoucích hvězd.* Praha: Grada.

Internetové zdroje:

16) <http://www.sparta.cz/.srv/www/cs/fnothail/team/viewTeam.do?teamId=1>

17) <http://www.fc-bohemians.cz/tvm/>

18) <http://www.fcslovanliherec.cz/cz/tvmv/a/hraci.php>

19) <http://www.fcb.cz/tvmy.php>

20) <http://www.slavia.cz/.soi/niska.a-sn?tVD=soun&menu=1>

21) <http://www.fczlicin.cz/soupiska/muzi-a/>

22) <http://www.fothaltrinec.cz/muzstvo>

23) <http://biz.sokolovcary.cz/cgi-bin/ovcarvisani.dll/ATeam>

24) <http://www.fcpisok.cz/tvmv/>

25) <http://www.afkchrudim.cz/soi/piska-wnis.nhn?age=dosneli&team=A>

26) <http://www.skhm.cz/index.php?page=sk-horni-mecholupv-muzi-a>

27) http://www.fkerapack.cz/index.php?x=tvm_tvma

28) <http://www.henago.cz/sezona/2009-10/sestaw/a.html>

29) <http://www.ecoinvestment-futsal.cz/index.php?str=soupiska>

30) <http://hloihetin.ipln.rz/>

31) <http://www.fcmontana.wz.cz/soupiska.htm>

32) <http://www.nfkaiax.wz.cz/soupiska.html>

33) <http://www.fcwarriors.cz/odkazy/members.php>

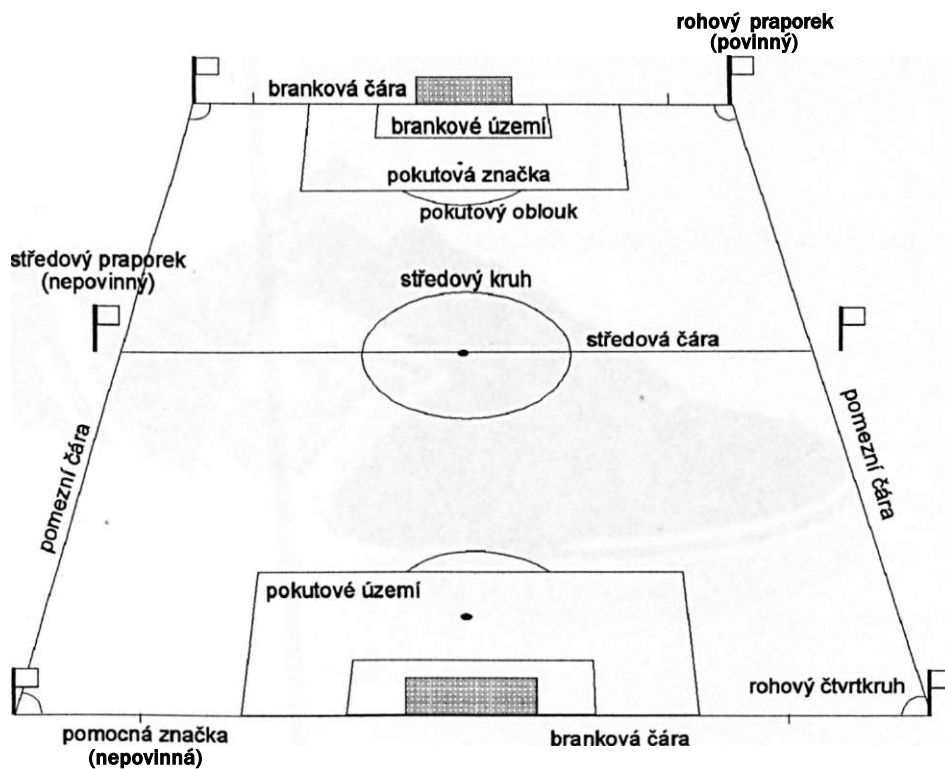
34) <http://www.vendetta.cz/team/>

35) <http://www.pedfft.wz.cz/>

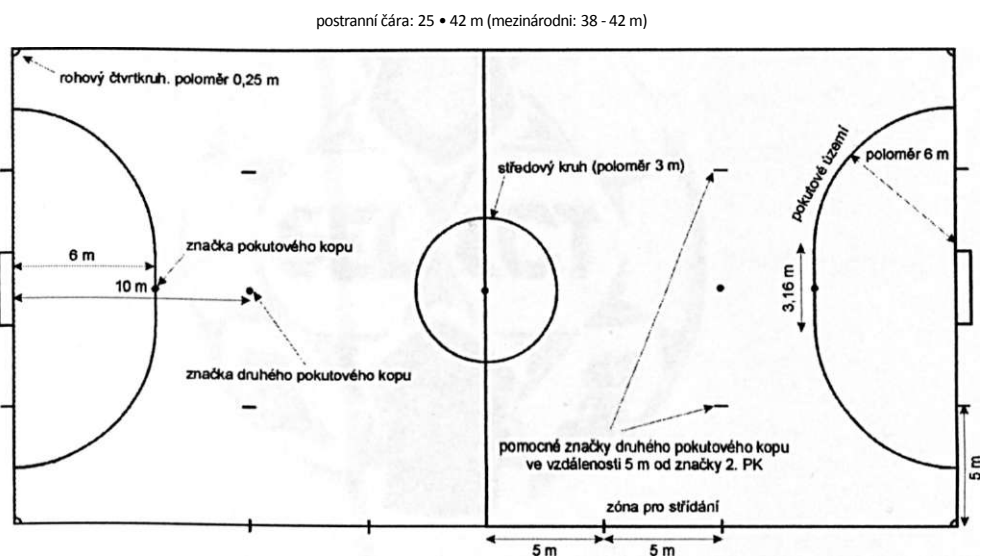
36) <http://www.fkkohvlisv.wz.cz/menu.html#>

PŘÍLOHY

A s A A. ... A
A A-
A
A A A A
A A A . A
.
"A A
.
.
* A A * A A A
.
•A i > AJ A
.
1
A A- •

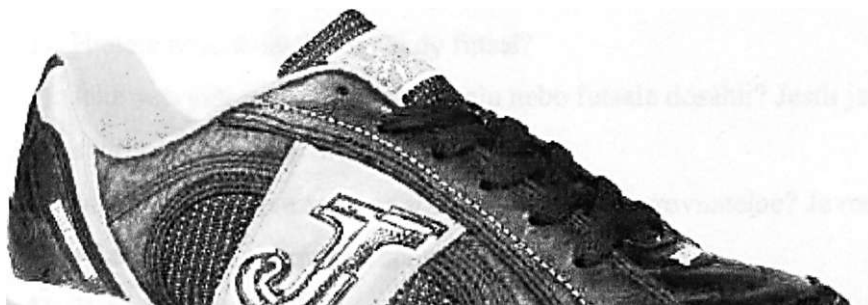


obr.1 Hrací plocha na fotbal()



obr. 2 Hrací plocha na futsal (www.fotbal.cz)

Sálová obuv značky Joma (obr.4)



Futsalový míč značky Select



(obr.3)

Dotazník pro futsalové a fotbalové hráče

- 1) Hrajete nebo hrával jste někdy fotbal?
- 2) Hrajete nebo hrával jste někdy futsal?
- 3) Jaké nejvyšší úrovni jste ve fotbalu nebo futsale dosáhli? Jestli jste hrál oba sporty, napište obě úrovně.
- 4) Myslíte, že jsou úrovně ve společné hierarchii srovnatelné? Je možné co se týká schopností hrát oba sporty na stejné úrovni?
- 5) Je možné se věnovat v jedné sezoně naplno oběma těmto sportům?
- 6) Myslíte, že fotbalová technika je použitelná a funkční ve futsale a naopak,
- 7) Dokáže futsalista zvládnout fotbalové systémy a naopak?
- 8) Co se týká kondice, myslíte, že je futsalista schopen zvládnout zápasové fotbalové zatížení a naopak?
- 9) Jestliže hrajete nebo jste hrál fotbal jaký máte/měl herní post?
- 10) Jestliže hrajete nebo jste hrál futsal jaký máte/měl herní post?
- 11) Hrajete na tomto postu celou kariéru?**
- 12) Jestliže ne, kolik postů jste již vystřídal?
- 13) Jste schopný zahrát i na jiném postu?
- 14) Myslíte, že ve fotbale je možné hrát kvalitně na jakémkoliv postu?
- 15) Co se týká pravidel, jaká pravidla se vám zdají srozumitelnější?
- 16) Je nějaké pravidlo ve futsalu, které podle vás škodí samotné hře?
- 17) Je naopak nějaké pravidlo, které je pro hru podle vás prospěšné?
- 18) Máte problémy s přechodem z fotbalových pravidel na futsalová a naopak?

SOUPISKA PRO SEZÓNU 2008 - 2009 - ERA- PACK CHRUDIM

-ukázka soupisky prvoligového týmu pro výzkum

<u>Beneš Tomáš</u>	
<u>Blažej Michal</u>	útočník
<u>Bouška Tomáš</u>	
<u>Dittrich Jaroslav</u>	
<u>Dvořák Dušan</u>	útočník
<u>Formánek Pavel</u>	
<u>Hauf Ondřej</u>	
<u>Hlouš Radek</u>	brankář
<u>Kopecký Marek</u>	
<u>Kopecký Lukáš</u>	
<u>Koudelka Tomáš</u>	
<u>Kroulík Radovan</u>	
<u>Linhart Tomáš</u>	obránce
<u>Lištván Jan</u>	
<u>Mareš Michal</u>	
<u>Mareš Roman</u>	
<u>Meller Tomáš</u>	brankář
<u>Mikan Radek</u>	útočník
<u>Pavlíček Petr</u>	
<u>Pecháček Filip</u>	obránce
<u>Popelka Petr</u>	
<u>Rainoch Daniel</u>	obránce
<u>Rešetár Lukáš</u>	útočník
<u>Ryba Marek</u>	útočník
<u>Sklenář Václav</u>	
<u>Slováček Matěj</u>	
<u>Sluka Tomáš</u>	
<u>Stejskal David</u>	
<u>Vácha Tomáš</u>	
<u>Vágner Jakub</u>	
<u>Velinský David</u>	útočník
<u>Vladyka Petr</u>	
<u>Žďánský Jakub</u>	brankář